

GOVERNMENT OF INDIA

DEPARTMENT OF ARCHAEOLOGY

CENTRAL ARCHÆOLOGICAL  
LIBRARY

---

CALL No.

951.5/F8a

ACC. No.

37244

D.G.A. 79.

GIPN—S4—2D. G. Arch. N. D./57.—25-9 58—1,00,000.



V. 52.

951.5.

---

Fra

2773  
Fasc. No. I.

དབང་པོ་ཙོ་བརྒྱད་ཀྱི་སྐུངས་བརྒྱུན་སོ།

THE  
STORY OF THE EIGHTEEN HEROES  
(PREFACE TO THE KESAR-SAGA).

~~37244~~ 37244

EDITED BY

A. H. FRANCKE,

Moravian Missionary.



Published for the Bibliotheca Indica by the  
Asiatic Society of Bengal.



PRINTED AT THE BAPTIST MISSION PRESS.

1905.



Pass. No. 1.

THE

THE

STORY OF THE NINETEEN CENTURY

REFERENCE TO THE REAR-SECTION

CENTRAL ARCHAEOLOGICAL  
LIBRARY, NEW DELHI.

Acc. No. .... 37245/ .....

Date .... 23-7-63 .....

Call No. .... 951.5 .....

Fra.

## PREFACE.

My sincerest thanks are due to the Council of the Asiatic Society for allowing me to edit for the Bibliotheca Indica a Lower Ladakhi Version of the Kesar-saga. The plan of the work is the following:

Prologue to the Kesar-saga. Birth of Kesar. Wooing and marriage to a'Bruguma. Kesar's journey to China and marriage to a Chinese Princess. Kesar's journey to the North. Capture of a'Bruguma by the king of Hor. Kesar's defeat of the king of Hor.

Accompanying the Tibetan text will be given a vocabulary of the new words and an abstract of contents.

In criticising one of my former papers on the Kesar-saga, one of my critics makes the following remark with reference to the line *Sangs rgyasla btangbai gri zhig dgos*, 'you must have a knife to stab Buddha': "if this line occurs at all!" This means no less than suspecting me of introducing new lines into the saga, simply to suit a certain purpose of my own. I must say that it would be very unwise of me to do so. I could easily be exposed. There is not only a British Joint Commissioner at Leh, who could find out a great deal with the help of Urdu, as well as any of the visitors to Ladakh, numbering about 50 in a year, but there is also a whole staff of missionaries at Leh, some of whom have just as critical a mind as any German professor.

What I have to do with regard to the Tibetan text is to correct orthographical mistakes, if they are due to carelessness of the writer. In all doubtful cases I shall give, as I have always done, the word in the doubtful spelling as well; this refers especially to the names. In this edition I shall not even attempt to reconstruct incomplete verses, but leave them as I find them.

As regards the value of the oral versions of the Kesar-saga, it is highly probable that they will be of a similar usefulness for a thorough understanding of the Kesar-epic, as are the Norse versions of the Nibelungen-saga for the understanding of the Nibelungen-epic. With regard to my former publication of the birth-story of Kesar, I was told that it was an abridged repetition of the Kesar-epic. This cannot possibly be said of the present version of the saga, because it is entirely different from the former. A whole chapter like the "Prologue to the Kesar-saga" does not appear to occur in the epic at all.\*

\* Also the Mongolian version of the Kesar-saga (Schmidt's translation) does not contain it, but starts with the birth-story of Kesar.

But also of the latter there may exist several recensions. The oral versions of the Kesar-saga are interesting also from another point of view. They show what the Ladakhis hold of the Kesar-religion at the present day. For that this mythology has not yet ceased to exercise the power of a religion, is shown most plainly in the marriage ritual and in the *g Ling glu*.

The following version of the Kesar-saga was dictated slowly by an inhabitant of *Khalatse*, who was brought up in *Lerdo* near *Tagmacig*. This version is probably the one which is current at *Lerdo*. The name of the dictator is *dKen mchog bKrahis rgya mthsopa*. The name of the writer is *Yeshe rig 'adzin*, munshi of *Khalatse*.

A. H. FRANKS.



༢༢ ॥ སྒྲིང་གི་དཔའ་བོ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིང་པས་སྒྲུང་སྤྲོས་ཡིན།

ཡོད་ཚུགས།

44

No. 1.

[illegible]

མོང་མེ་ཐུ་ཞིག་སྒྲིལ་དེ་ཡོངས། དེ་རྒྱལ་གིས་ཐུ་བཏང་གིན་བོད་ས་པ་སང་། ལྷོན་  
 ལ་ཚང་མའི་ཞིང་རན་ཚུགས། དེ་ལྷང་པ་གཅིག་ཅིག་པོ་ཆེན་མོ་སོང་མེ། ཤིང་  
 གྲུལ་ཞིག་ཟམ་སོང་། དེ་ནས་མི་ཚང་མས་ཞིང་རྩ་ན། ཨ་པོ་ཡང་སྤྱ་རི་ཞིག་  
 ཁུར་ནས་སོང་མེ། དེ་དྲིམ་གྱི་རྩ་ལ་སོང་མེ་བདུངས། ལན་གཉིས་གཟུམ་  
 བདུངས་པ་སང་། དེའི་ཁ་ཐོག་ནས་གོ་ནས་ཁ་ཅིག་འབྱུང་དེ་ཡོངས། དེ་ནས་  
 ཨ་པོ་འཐད་གྱིན་ཞིག་ཁང་པ་ལ་ལོག་མེ་ཡོང་མེ་ཨ་པོ་ལ་ཟེར་ས་པ། རྩ་ཨ་པོ།  
 ང་ཏང་གི་ལྷང་པའི་བྱ་བུ་དེ་ལ་ངས་ བདུངས་པ། ཁ་ཐོག་ནས་ནས་ཁ་ཅིག་འབྱུང་  
 དེ་ཡོངས་པ། མོ་རོན་ཟེར་རེ་འདུག་ཟེར་ས་པ། དེ་ནས་ཨ་པོ་དང་ཨ་པོ་གཉིས་  
 ཀ་སོང་མེ། ལྷང་པའི་བྱ་བུ་རི་ཅ་ལ་ཡུལ་ཐག་ཆེན་མོ་ཞིག་བཅོ་མེ། དེ་ལ་རལ་  
 ལ་བཏང་མེ་བཅོ་མེ་བཅོས། དེ་ནས་མེ་ཐུ་ལ་པ་གཉིས་ཀས་སྤྱོ་རེས་ང་ཏང་  
 གིན་ཞིག་ལྷང་པའི་དྲིམ་པོ་ལ་བདུངས། དེ་ནས་ཁ་ཐོག་ནས་འབྱུང་མང་པོ་ཆེན་མོ་  
 མོ་རོན་ཟེར་རེ་ཐུ་ཡོང་བ་ཚོགས་ལ་བབས། ཁོང་གཉིས་ཀས་ཁང་ལ་སྒྲུ་མེ་  
 ནང་མིག་ཚང་མ་གང་སོང་། ཁང་རྩའི་ནང་དུ་མ་ཤོང་བས། ཞིང་དེ་ཁ་བང་  
 བ་ཆེན་མོ་ཞིག་བཅོ་མེ། དེའི་ནང་དུ་བཏངས།

No. 2.

དེ་བང་པ་བཀང་མེ། དེ་ཁ་ལ་རྩོ་བ་ཞིག་བཀང་མེ། ཀ་ལག་བཏང་མེ་  
 ཨ་པོ་དང་ཨ་པོ་གཉིས་ཀ་ཁང་པ་རྩ་ཡོང་མེ་ཁོང་མང་པོ་འཐད་སོང་། དབྱིད་ཁ་  
 རྩ་མི་ཚང་མས་བང་བ་ནས་པིང་ཟན། ཨ་པོ་ཡང་པད་ཅིག་ཁུར་དེ་བང་བ་པིང་  
 པ་སོང་། ཁོས་བང་བའི་ཁ་རྩོ་མེ་ཐུ་བཏངས་པ། འབྱུང་ཚང་མ་འབྱུང་ཅིག་ལ་  
 གྲུར་དེ་བང་བ་གང་མེ་ཡོད་ཚུགས། དེ་ནས་ཨ་པོ་ལ་མཚན་སོང་མེ་ལོག་རྩེ་ཁང་



ཅུ་ལ་ཡོང་མྱེ་ཨ་བི་ལ་ཟེར་ས་པ། བླ་ཨ་བི། ང་དང་གི་བང་བའི་ནས་ཚང་ས་  
 འབྲུ་ཅིག་ལ་གྱུར་དེ་འབྲུ་ཅིག་དང་བང་བ་གང་སོང་མྱེ་འདུག་ཟེར་ས། དེ་ནས་ཨ་  
 བོ་དང་ཨ་བི་གཉིས་ཀ་ལ་ཚོར་ཀ་ཡོང་མྱེ་ཟེར་ས་པ། ཁང་ཅུའི་ནང་དུ་ཡོད་  
 མཁན་གྱི་ནས་པོ་ཟེར་འདུག། ད་ཅི་བཙོ་ཡིན་ཟེར་དེན་ཞིག་འདུག་ས། ཞག་  
 བདུན་སོང་བ་དང་། ཁོང་བདེན་ས་ཆེས་པར་ཨ་བོ་ཡང་པ་ལྷ་ལ་སོང་མྱེ། བང་  
 བའི་ཁ་ཕྱིས་དེ་བལྟས་པ། འབྲུ་ཅིག་གཅིག་དང་ཅིག་གིས་བཟོས་དེ། འབྲུ་  
 ཅིག་ཆེན་མོ་གཅིག་ལ་གྱུར་དེ་ཡོད་ཚུག། ཨ་བོས་ཁ་དོ་དེ་བཀའ་མྱེ་ཡོག་མྱེ་ཨ་  
 བི་ལ་ཟེར་བ་ལ་ཁང་པ་ཅུ་ཡོང་ས། བླ་ཨ་བི། བང་བའི་ནང་གྱི་འབྲུ་ཅིག་ཚང་  
 མ་ཚར་དེ་འབྲུ་ཆེན་མོ་གཅིག་ལ་གྱུར་དེ་འདུག་ཟེར་ས། དེ་ནས་ཡང་ཞག་པ་དྲན་  
 སོང་མྱེ། བང་པོ་དེ་ལ་སོང་མྱེ་ཁ་ཕྱིས་དེ་བལྟས་པ་སང་། འབྲུ་ཅིག་  
 པོ་ལྷ་གྱུ་བདེ་མོ་ཞིག་ལ་གྱུར་དེ་ཡོད་ཚུག། ཉི་མ་ལ་བདང་ན་ཏུ་ཅེས། གྱིབ་  
 འདུག་ས་ལ་བོར་ན་འབྲུང་ས་ཅེས། གསེར་དེ་ཆུན་ཆུན་པོ་བྲང་འཁོར་ལ། དུལ་  
 ལི་ཙོ་དེ་སྦྱང་འཁོར་ལ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་ཨ་བོས་ཁ་དོ་མགྲོགས་  
 པ་བཀའ་བཀའ་བལྟ་ཕྱིར་ཡོག་མྱེ་ཁང་ཅུ་ལ་ཡོང་མྱེ་ཨ་བི་ལ། བླ་ཨ་བི། དེ་བང་  
 བའི་ནང་ན་སྤྱ་གྱུ་མི་འདྲ་ཅེས་བདེ་མོ་ཞིག་འདུག་ཟེར་ས་པ། ཨ་བི་འཐད་དེ།  
 བླ་ཨ་བོ། ང་དང་གཉིས་ཀ་ལ་བལྟ་མཁན་ཅིག་རག། རྒྱལ་ལ་སོང་། ང་དང་  
 ལ་སྤྱ་གྱུ་མེད་ཟེར་ས། ཁོང་གཉིས་ཀ་མགྲོགས་པ་སོང་མྱེ་བལྟས་པ། བདེན་  
 པ་ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་སྤྱ་གྱུ་ཁང་ཅུ་ལ་ཁར་དེ་ཁྱོད་མྱེ། སྤོ་དོན་མོག་དོན་བདང་  
 མྱེ་དཀོན་མཆོག་ལ་སང་པོ་བཙུམ་ནས། ཁོང་གཉིས་ཀ་སང་པོ་འཐད་གྱིན།  
 འདུག་ས།

ཞག་བདུན་སོང་མྱེ་ཐུ་གུ་ལ་མིང་བདག་ཅེས་སི་ཡི་ལ།   ཨ་པོ་གང་ངི་ལྷང་  
པའི་ནང་དུ་མེ་མེ་སློབ་དཔོན་ཅེ་དགུ་ལ་ཞུ་བ་ལ་སོང་མྱེ།   མེ་མེའི་དགོན་པའི་ཅེར་  
སོང་མྱེ་ཐུ་འདི་ལྟར་བདངས།

མེ་མེ་སློབ་དཔོན་གྱིས་ཨ་པོ་ངའི་དངོས་ལ་གསན་ལོ།

སློབ་དཔོན་ཅེ་དགུས་འང་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་བདག་ལ་གསན་ལོ།

ཨ་པོ་ང་རང་ལ་ཚ་བོ་ཞིག་ཐོབ་ལོ།

བཀྲ་ཤིས་ང་རང་ལ་བྱ་ཚ་ཞིག་འབྱོར་ལོ།

ངའི་ཚ་བོ་ལ་མིང་ཞིག་སྟུ་ལ་ལོ།

ངའི་བྱ་ཚ་ལ་མིང་ཞིག་སྟུ་ལ་ལོ།

ཨ་པོས་མེ་མེ་ལ་དེ་རྒྱལ་ཞུས་པ་སང་།   མེ་མེ་སློབ་དཔོན་ཅེ་  
དགུས་ལ་ན་དུ་ཐུ་འདི་ལྟར་།

སྤྱིང་གི་ཨ་པོས་ངའི་དངོས་ལ་ཉོན་དང་།

སྤྱིང་གི་བཀྲ་ཤིས་ངའི་བདག་ལ་གསན་དང་།

ཨ་པོ་རང་ལ་བྱ་ཞིག་འབྱོར་ཏེ་ཡོད་ན།

བཀྲ་ཤིས་རང་ལ་ཚ་བོ་ཐོབ་མྱེ་ཡོད་ན།

སྤྱིང་ལ་ཡིས་མིང་ཞིག་བདག་ཡིན།

སློབ་དཔོན་ང་ཡིས་མིང་ཞིག་བདག་ཡིན།

བྱ་ཚ་དེའི་མིང་ལ་དོང་གསུམ་མི་ལ་སྟོན་སོ་ཏོག།

ཚ་བོ་དེའི་མིང་ལ་དོང་གསུམ་མི་ལ་སྟོན་སོ་ཏོག།



མེ་མེ་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་དེ་རྒྱལ་ཟེར་བ་སང་། ཨ་པོ་ཕྱིར་ལོག་ཕྱིར་དང་གི་ཁང་  
 ཏུ་ལ་ཡོངས། ཁྱིམ་མཚས་པ་ལ་བྱི་ཞིག་ཡོད་ཚུགས། དེ་བྱི་ལ་བྱི་ཕྱུག་གཉིས་  
 གྱེ་ཕྱི་ཡོད་པས། དོང་གསུམ་མི་ལ་སྒྲོན་མོས་དེ་བྱི་ཕྱུག་གཉིས་ཀ་གསོ་ཕྱི་  
 ལོངས་བྱི་བཙུ་ཕྱི་ཡོད་ཚུགས། ཁྱིམ་དེ་བྱི་བྱི་དེ་ཞག་དང་ལོངས་ལ་སོང་ཕྱི་  
 གྱིན་དང་བོང་སང་པོ་བྱིང་ཕྱི་ ཨ་པོ་དང་ཨ་པོ་གཉིས་ཀ་ལ་ཤ་སང་པོ་བྱིང་ཕྱི་  
 བདངས། ཞག་ཅིག་བྱི་གཉིས་ཀ་སྒྲན་ལ་འབྱུང་དེ་སོང་། དོང་གསུམ་མི་ལ་  
 སྒྲོན་མོས་བྱི་ཕྱི་ཕྱི་པོ་བཙན་དེ་སོང་བ་སང་། བྱང་ངེ་ལྷང་པའི་སྤུ་ལ་སོང་།  
 བསྐྱེ་བ་། མེ་མེ་སྒྲོབ་དཔོན་ཅེ་དགུ་འདུག་སའི་མཚས་སྤྱི་ལྷག་ལ་བྲག་  
 ཆེན་མོ་ཞིག་ཡོད་ཚུགས། དེ་བྲག་གི་དཀྱིལ་ལ་བྱི་གཉིས་ཀས། སྒྲིན་པོ་མགོ་  
 དགུ་ཡོད་མཁན་ཞིག་སྐར་ཏེ་ཡོད་ཚུགས། དོང་གསུམ་མི་ལ་སྒྲོན་མོ་དེར་བསྐྱེ་བ་  
 སོང་། སྒྲིན་པོ་དེས་སྒྲུ་འདི་ལྟར་བདངས།

གྱི་མ་གསན་དང་ཨ་ཙེ་ལེ།

གྱི་མ་གསན་དང་ལོངས་མི་ལེ།

ཨ་ཙེ་བའི་བྱིས་ང་སྐར་ཏེ་ཡོད།

ལོངས་པའི་བྱིས་ང་བཀག་ཕྱི་ཡོད།

ང་མ་བསད་ན་ཉིད་གྱི་དམག་གཡོག་བཙུ་ཡིན།

ང་མ་བསད་ན་ཉིད་གྱི་ལོངས་གཡོག་བཙུ་ཡིན།

ང་མ་བསད་ན་ཉིད་ལ་པན་ཐོག་སྤྱི་གཡོང་ཡིན།

སྲིན་པོས་དེ་རྒྱལ་ཟེངས་པ། དེ་ནས་དོང་གསུམ་མི་ལ་སྲོན་མོས་བསད་  
 ཅས་ལ་ཡང་ས་ཤེས། སྤྱད་ཅས་ལ་ཡང་ས་ཤེས་པར། མེ་མེ་སྲོབ་དཔོན་  
 ཅེ་དག་ལ་ཁྱ་ཕྱེ་ཁྱུ་འདི་ལྟར་བཏངས།

འདི་མེ་མེས་དངོས་ཤིག་ལ་ཉོན་དང།

སྲོབ་དཔོན་ཅེ་དགས་བདག་ཅིག་ལ་གསན་དང།

ཨ་ཡི་བྲག་བཟངས་པོའི་ནང་ན་སྲིན་པོ་མགོ་དགུ་ཞིག་འདུག་ལོ།

བྲག་བཟངས་པོའི་ནང་ན་འདི་ལོངས་ཀྱིས་བཀགས་དེ་འདུག་ལོ།

དེ་སྲིན་པོ་བསད་དེ་སྤྱད་དེ་རིག་བཏང་ལོ།

དེ་མགོ་དགུ་བསད་དེ་སྤྱད་དེ་རིག་བཏང་ལོ།

དོང་གསུམ་མི་ལ་སྲོན་མོས་དེ་རྒྱལ་ཁྱུས་པ། མེ་མེས་ལན་དུ་ཁྱུ་འདི་ལྟར་བཏངས།

སྤངས་ཀྱི་སྤྱ་གུས་འང་འདི་དངོས་ལ་ཉོན་དང།

དོང་གསུམ་མི་ལ་སྲོན་མོས་འདི་བདག་ལ་གསན་དང།

དེ་སྲིན་པོ་དེ་བྱིད་ཀྱིས་བསད་པ་རིག་དགོས་སྟུག།

དེ་མགོ་དགུ་དེ་བྱིད་ཀྱིས་བསད་པ་རིག་དགོས་སྟུག།

དེ་ཀུན་བསད་དེ་བྱི་རང་པོ་ལོག་ལ་ཞོན་པ་རིག་དགོས།

པོ་ལོག་ལ་ཞོན་དེ་སྲོན་ལས་ཞིག་བཏབ་དགོས།

སྲིད་གི་སྲིད་ནས་དཀོན་མཆོག་ལ་སྲོན་ལས་ཞིག་དོབ་ལོ།

སྲིན་པོའི་མགོ་བཞི་བཅད་དེ་འཕང་ན།

གིང་སྐལ་གྱི་ཅིག་ལྟར་བོ་ལྟན་ཆེ།

སྒྲིན་པོའི་མགོ་བཞི་བཅད་དེ་འཕང་ན།

སྒྲིང་མཁར་ཅེ་དགའི་གྲུ་བཞི་ལྷན་ཆེན།

སྒྲིན་པོའི་མགོ་གཅིག་བཅད་དེ་འཕང་ན།

སྒྲིང་མཁར་ཅེ་དགའི་ས་སྒྲིང་ལྷན་ཆེན།

སྒྲིན་པོའི་ཀང་པ་བཅད་དེ་འཕང་ན།

སྒྲིང་མཁར་ཅེ་དགའི་ས་གཏུང་ལྷན་ཆེན།

སྒྲིན་པོའི་ལག་པ་བཅད་དེ་འཕང་ན།

སྒྲིང་གི་བྲ་གཏུང་ལྷན་ཆེན།

ཕུན་མོ་བཅད་དེ་འཕང་ན།

སྒྲིང་མཁར་གྱི་གཡ་ཆད་ལྷན་ཆེན།

སྒྲིན་པོའི་རྩིང་ས་བཅགས་དེ་འཕང་ན།

སྒྲིང་མཁར་གྱི་ཐོག་ཀྲ་ལྷན་ཆེན།

སྒྲིན་པོའི་ནང་ཆ་མིང་སྟེ་འཕང་ན།

སྒྲིང་མཁར་གྱི་པེ་མར་རི་ཐོག་ས་ལྷན་ཆེན།

སྒྲོ་བ་དེ་མིང་སྟེ་འཕང་ན།

གསེར་པོའི་གསེར་རི་ལྷན་ཆེན།

སྒྲིང་པོ་བཅད་དེ་འཕང་ན།

དགའ་པོའི་དབུལ་རི་ལྷན་ཆེན།

གྲོད་པ་བཅད་དེ་འཕང་ན།

གྲོ་ས་ཐང་གི་ཐང་འགོ་ལྷན་ཆེན།



གྱུ་མ་བཅད་དེ་འཕང་ན།

ལྷ་མ་དང་གི་དང་འགོ་ལྔ་ཆེན།

མཐོ་ཕོ་བ་བཅད་དེ་འཕང་ན།

སྒྲོ་མཐོ་ནང་མའི་ཡིང་ས་ས་ལྡན་ཆེན།

ཡིན་པའི་མིག་གཉིས་ཀ་ཡིང་སྟེ་འཕང་ན།

ཐུ་སྲིབ་ཚང་ཡ་ལུན་ཆེན།

སྒྲ་ཁང་གཉིས་ཀ་བཅད་དེ་འཕང་ན།

མཛད་སྤྱོད་མཛད་པུ་ལྟོན་ཆེན།

མཁའ་མ་གཉིས་ཀ་བཅུ་དེ་འཕང་ན།

གྲུབ་ཏེན་པོ་ལོང་ལྷན་ཆེན།

## No. 6.

དེ་ཆང་མ་བཅད་དེ་འཕང་འཕང་ཚྭ་པ་ཞག་བདུན་སོང་། ཞག་བདུན་པ་  
 ལ་ཁྱི་དང་མི་ཆང་ཀ་ལྟོགས་སིན་ཞིག་དང་ཁང་པ་ཅུ་བསྐལ་། ཁོང་བསྐལ་བསྐལ་  
 ཚྭ་པ་ཨ་པོ་དང་ཨ་པོ་གཉིས་ཀ་ལ་ཆོར་ཀ་ཆོན་མོ་སོང་། དེ་ནས་ཐུག་པ་སྐལ་  
 པ་དང་ཁོང་འཕམ་། ཨ་པོ་མ་ཁོལ་བག་མ་མ་ཁྱོང་ས་པ་སང་། ཁོ་སྡེ་བཅོ་སྡེ་  
 སི་ལ་སོང་། ཞག་དེ་ཟས་ཞིག་འདུག་ས་མཁན་ཡིན་ནོག་ཟེར་དེ། ཨ་པོ་མི་མི་  
 སྐྱོལ་དཔོན་ཅེ་དགུ་ལ་ཞུ་བ་ལ་སོང་། མི་མི་འདི་སྐྱོལ་སོང་སྡེ་ཐུག་འདི་ལྟར་བཤང་ས།

མེ་མེ་སྒྲོབ་དཔོན་འཛིན་དངོས་ལ་ཉོན་དང་།

སྒྲིབ་དཔེན་ཅི་དགྲ་འདི་བདག་ལ་གསུང་དང་།

འདི་བྱ་ཆ་ལ་མཉམ་མ་ཞིག་འདི་བར་རན་ལོ།

དོང་གསུམ་མི་ལ་སྤྲོན་མོ་ལ་བག་མ་འདྲི་ན།

ཁོ་ལ་མཛེས་པའི་མནའ་མ་ཞིག་ག་ན་འདུག་གཟིགས་འང།

དོང་གསུམ་མི་ལ་སྤྲོན་མོ་ལ་བག་མ་ག་ན་འདུག་གཟིགས་འང།

མོ་དཔེ་པེང་ཕྱེ་མོ་ཞིག་དྲོབ་ལོ།

ཅིས་དཔེ་བཏིང་ཕྱེ་ཅིས་ཤིག་སྟོར་ལོ།

ཤར་ན་འདུག་ག་རུབ་ན་འདུག་གཟིགས་འང།

བྱང་ན་འདུག་ག་རྩོལ་ན་འདུག་གཟིགས་འང།

དེ་རྒྱལ་ཞུས་པ་སང། མེ་མེ་སིས་གདས་ལན་ལ་ཨི་རྒྱལ་གྱུ་བཏངས།

གླིང་གི་ཨ་པོས་འང་ངའི་དངོས་ལ་ཉན་དང།

ཨ་པོ་བཀྲ་ཤིས་འང་ངའི་དངོས་ལ་ཉན་དང།

བྱིད་ཀྱི་ཚ་བོ་ལ་མནའ་མ་ཞིག་འདྲི་ན།

དོང་གསུམ་མི་ལ་སྤྲོན་མོ་ལ་བག་མ་ཞིག་འདྲི་ན།

ཡུལ་གྱི་སྤང་བྱོགས་ཤིག་ནས་ལྷག་ལོ་ས་བཙོ་བརྒྱད་བྱིང་ལོ།

དེ་ནས་ཨ་པོ་ལོག་ཕྱེ་ཡོང་ཕྱེ་ཨ་པོ་ལ་དེ་གནས་རྒྱལ་ཚང་མ་ཟེར་ས་དེ། ཨ་པོ་དང་ཨ་པོ་གཉིས་ཀས་སྤང་བྱོགས་གཅིག་ནས་ལྷག་ལོ་ས་བཙོ་བརྒྱད་མི་ཐོབ་ཟེར་ནས། ཁོང་གཉིས་ཀས་གྲུབས་ཤིག་བཙོ་ཕྱེ། ང་དང་ངའི་ཚ་བོ་ལ་བང་རི་ཞིག་བཏང་ཡིན། དེ་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་འཛོམས་ན། དེའི་ནང་ནས་ལྷག་ལོ་ས་བཙོ་བརྒྱད་པེང་ཡིན་ཟེར་དེ། ཁོང་གཉིས་ཀས་བང་རི་ཞིག་བཏངས། ཡུལ་ཚོ་གཉིས་ལ་ཉན་བཏང་ཕྱེ། ཨ་པོ་བཀྲ་ཤིས་ལ་དོང་གསུམ་མི་ལ་སྤྲོན་མོ་ཟེར་སའན་ནི་ཚ་བོ་ཞིག་འབྱོར་བས། ཁོ་ལ་བང་རི་ཆེན་མོ་ཞིག་བཏང་ཆོན། དེའི་

པེལ་ཚང་མ་ལྟན་མོ་ལ་ཡོང་དགོས་ཟེར་དེ་བཅས་མཁན་མི་ཞིག་བཏངས། ཡུལ་  
གཉིས་ཀྱི་བྱ་ཚང་བྱ་མོ་ཚང་མ་ཡོང་ཟན། ཨ་པོ་ཁོ་རང་གི་སྒོ་ལ་འདུག་ཏུ།  
བྱ་མོ་ཚང་མ་ལ་འདྲི་བྱེ་ལྷག་ལོ་མ་སྲ་སྲ་ཡིན་ཟེར་དེ། ལྷག་ལོ་མ་ཡིན་མཁན་  
ཚང་མའི་མིང་འདྲི་འིན་ཞིག་ནང་མིག་སོ་སོ་ཞིག་ལ་བོར་སོང་། དེ་ནས་དོང་  
གསུམ་མི་ལ་སྒྲོན་མོ་ཡང་དེ་ནང་མིག་གི་ནང་དུ་འཁྱེར་དེ། འདི་བྱ་མོ་ཚང་མ་བྱ་  
རང་ལ་བག་མ་ཁྱོངས་པ་ཡིན་ཟེར་དེ། ཁོ་ཡང་ཁོང་སྐག་དང་མཉམ་པོ་བཅོར་སོང་།

No. 7.

དེ་ནས་དེ་བྱ་མོ་ཚང་མ་ལ། དོང་གསུམ་མི་ལ་སྒྲོན་མོ་མཐོང་བ་ཟེར་ཞིག་  
ལ་སྒྲེ་ཅེས་འཁུར་སོང་བས། རྒྱ་དགུ་དངོས་བཅུ་འི་ཞག་ལ་སྒྲོན་ལ་རང་རིགས་  
ངན་ར་བཅོམ་མགོ་འཁུར་མཁན་ཞིག་སྐྱེས་པ་སང་། དོང་གསུམ་མི་ལ་སྒྲོན་མོ་དེ།  
མ་མེས་སློབ་དཔོན་ཅེ་དགུའི་ཅར་སྲ་གུ་ལ་མིང་བཏག་པར་སོང་། མ་མེས་སྒོ་ལ་  
སྲུ་འདི་ལྟར་བཏངས།

མ་མེས་སློབ་དཔོན་ནིས་ངའི་དངོས་ལ་ཉན་དང་།

སློབ་དཔོན་ཅེ་དགུས་ངང་ངའི་དངོས་ལ་ཉན་དང་།

བྱ་ཚང་རང་ལ་རིགས་ངན་ར་བཅོམ་མགོ་འཁུར་མཁན་ཞིག་སྐྱེས་ལོ།

དོང་གསུམ་མི་ལ་སྒྲོན་མོ་ལ་ར་མགོ་འཁུར་པ་ཞིག་སྐྱེས་ལོ།

དེ་སྲ་གུ་ལ་མིང་ཞིག་རང་ཉོག་ལོ།

དེ་བྱ་ཚང་ལ་མིང་ཞིག་རང་ཉོག་ལོ།

དེ་ནས་མ་མེས་སློབ་དཔོན་ཅེ་དགུས་གཏམ་ལན་དུ་སྲུ་འདི་ལྟར་བསྐྱངས།

སྒྲིང་གི་དབའ་བཅོམ་འང་ངའི་དངོས་ལ་ཉན་དང་ལོ།



དོང་གསུམ་མི་ལ་སྤོན་མོས་ངའི་བདག་ལ་གསན་དང་ལོ།

ཁྱེད་ལ་བྱ་ཚ་ཞིག་སྤྲོས་ལོ་ཟེར་ན་ལེ།

ར་པོའི་མགོ་འཁྲར་བ་ཞིག་སྤྲོས་ཟེར་ན།

ལྷ་ས་ངན་ཡང་དུ་རྒྱུར་དེ་པ་སང་ལྷན་དུ་སྤྲོས་དོག།

དེ་ནས་ཁོ་ཕྱིར་ལོག་ཏུ་ཁང་བ་ཅུ་བསྐྱབ་ཏུ། ཡང་བྱ་མེ་ཞིག་ལ་ལྷངས་  
པོའི་མགོ་འཁྲར་མཁན་ཞིག་སྤྲོ་ཏུ་ཡོད་ཚུག། ཁོ་ཡང་གང་ངེ་ལྷང་བའི་སྤྱལ་  
མེ་མེའི་ཅར་སོང་ཏུ་བྱུ་འདི་ལྟར།

མེ་མེ་སྤྱོད་དཔོན་ནིས་ངའི་དངོས་ཤིག་ལ་ཉན་དང།

སྤྱོད་དཔོན་ཅེ་དགས་འང་ངའི་བདག་ཅེས་ལ་གསན་དང།

བྱ་ཚ་ང་རང་ཁང་བ་ལ་བསྐྱབ་བ་དང་བྱ་གུ་ཞིག་སྤྲོས་འདུག།

རིགས་ངན་ལྷངས་པོའི་མགོ་འཁྲར་མཁན་ཞིག་སྤྲོས་ལོ།

རིགས་ངན་བྱ་གུ་དེ་ལ་མིང་ཞིག་རང་སྤྱལ་ལོ།

ལྷངས་པོ་འཁྲར་མཁན་དེ་ལ་མིང་ཞིག་རང་སྤྱལ་ལོ།

མེ་མེས་ལན་དུ་བྱུ་འདི་ལྟར་བསྐྱངས་སོ།

གླིང་གི་དཔ་པོས་འང་ངའི་དངོས་ལ་ཉན་དང།

དོང་གསུམ་མི་ལ་སྤོན་མོས་ངའི་བདག་ལ་གསན།

རིགས་ངན་ལྷངས་པོའི་མགོ་འཁྲར་མཁན་ཞིག་སྤྲོས་ན།

རིགས་ངན་ཡང་དུ་རྒྱུར་དེ་ཡང་གར་ལྷངས་བ་དོག།

དེ་ནས་མེ་མེ་སྤྲོས་ཁོ་ལ་ཟེར་སྐད་པ། ཁྱེ་རང་གི་ཡ་ནེ་ཚང་མ་ལ་གླིང་གི་དཔའ་  
བོ་བཙོ་བརྟུན་འདི་རིང་སྤྱོད་ཅེན། ཁྱེ་རང་འདིར་མིང་བདག་ཅེས་ལ་མ་ཡོང།

ཁྱེད་ཀྱི་ལྷ་གྲུ་སྤྱི་ཅེས་ཅན་ཚང་མ་ལ་མིང་ངས་བདག་ས་དྲི་བདང་ཡིན་ཟེར་དེ། ཡི་  
གོ་གསལ་པོ་བྲི་སྟེ་ཁོ་ལ་བདངས། ཡི་གོ་ནང་དུ་ཨི་རྒྱལ་བྲིས་ཡོད་།

སྤྱི་དང་སྤྱི་ར་དཀར་པོ་ཡོད་མཁན་ཞིག་སྤྱི་ཅེན།

དེ་ལ་ཁ་གན་དགའ་ནི་བདག་དགོས།

ཁྱེད་མགོ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྤྱི་ཅེན།

དེ་ལ་ཁྱེད་མགོ་ཁྱ་ལྷ་བདག་དགོས།

ཤིང་སྤྱི་མགོ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྤྱི་ཅེན།

དེ་ལ་སྤྱི་བ་ཆོད་པོ་བདག་དགོས།

རྒྱ་བའི་མགོ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྤྱི་ཅེན།

དེ་ལ་རྒྱ་བ་བཟང་པོ་བདག་དགོས།

མདའི་མགོ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྤྱི་ཅེན།

དེ་ལ་མདའ་དཔོན་གོང་མ་བདག་དགོས།

ཨ་ལའི་མགོ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྤྱི་ཅེན།

དེ་ལ་ཨ་ལ་ཚང་གོལ་བདག་དགོས།

འབྲུའི་མགོ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྤྱི་ཅེན།

དེ་ལ་འབྲུ་དཔར་ལས་བཟུན་བདག་དགོས།

ཤེལ་ལི་མགོ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྤྱི་ཅེན།

དེ་ལ་ཤེལ་ལི་བྱ་ཞུང་བདག་དགོས།

གོན་ཅེས་མི་གོང་བ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྤྱི་ཅེན།

དེ་ལ་དགའ་ནི་གོང་བ་བདག་དགོས།



ལག་པ་རིང་མོ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྟེ་ཆེན།  
 དེ་ལ་ལག་ལག་རིང་ས་བཏག་དགོས།  
 ཀྱང་པ་རིང་མོ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྟེ་ཆེན།  
 དེ་ལ་ཀྱང་ཀྱང་རིང་ས་བཏག་དགོས།  
 མོང་བུའི་མགོ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྟེ་ཆེན།  
 དེ་ལ་མོང་མག་ལྷུ་ས་བཏག་དགོས།  
 མིའི་མགོ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྟེ་ཆེན།  
 དེ་ལ་བཀའ་སློན་ལྷན་པ་བཏག་དགོས།  
 མི་ཆེན་གྱི་མགོ་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྟེ་ཆེན།  
 དེ་ལ་དཔལ་ལ་ཆོད་པོ་བཏག་དགོས།  
 གཡུའི་རང་ས་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྟེ་ཆེན།  
 དེ་ལ་ནག་ཡུ་ནུལ་བཏག་དགོས།  
 དུང་གི་རང་ས་འཁྱར་མཁན་ཞིག་སྟེ་ཆེན།  
 དེ་ལ་ཁྱབ་དཀར་པོ་བཏག་དགོས།

## No. 8.

དེ་ནས་ཁོས་དེ་ཡི་གོ་ཁྱར་དེ་ལོག་སྟེ་ཁང་པ་ལ་ཡོངས། དེ་ཡི་གོ་ནང་ལྷན་  
 ཞག་གཅིག་གི་ནང་དུ་སྤྱ་གྲུ་ཚང་མ་སྟེས། དེ་ནས་མེ་མེས་བསྐྱབས་མཁན་ནང་  
 ལྷན་མིང་ཡང་ཚང་མ་ལ་བཏགས། སྤྱ་གྲུ་སྟེའི་ཆོར་དང་པི་ལྷ་ཅ་པིང་སྟེ་སོང་སྟེ།  
 རང་རང་གིས་ཁང་པ་རི་ཆེགས་སོང། དེ་ཙམ་མ་ཚང་མ་ཡང་དེར་མ་འདུག་པར།  
 རང་རང་གི་ཁང་པར་སོང། དེ་སྤྱ་གྲུ་ཚང་མས་རང་རང་གིས་ཡན་ནི་དེ་རི་ཁྱོང་སྟེ།

ཁོང་ལ་ནོར་རེ་མེད་པའི་ཕྱི་ལ། ཁོང་ཚང་ཀམ་གྲུབས་བཅོས། པ་ཆི་དཔལ་  
 དོང་མཁར་ལ་ནོར་ཡོད་ཟེར་འདུག། དེ་ནས་ང་དང་ཚང་མ་མཁར་བཅག་སྟེ་  
 རོར་འབྱོང་བར་ཆེན་ཟེར་དེ་སོང་། དེའི་ནང་ན་དཔལ་ལེ་གོད་པོ་ཟེར་མཁན་པོ་  
 ཁོའི་ཨ་མ་བོ་མགར་མོ་ཞིག་ཡིན་པས། གྲིབ་པོག་སྟེ་འགྲུལ་མ་ཐུབ་པར།  
 གང་ངེ་ལུང་པའི་ཐུ་ལ་མེ་མེ་བསྐྱོབ་དཔོན་ཅི་དགའི་ཅར་བྱས་བཟང་གིན་ཞིག་  
 ཡོད་པོན། ཞག་ཅིག་ཁོ་ཡང་པ་ཆི་དཔལ་དོང་མཁར་ལ་ནོར་འབྱོང་བར་ཆེན་  
 བསམ་སྟེ། དེ་ཞིག་ལ་ཞོན་དེ་སོང་བར། ཅུ་ཆེན་མོ་ཞིག་གི་མདུན་ལ་བསྐྱེབ།  
 དེ་ཅུ་ཤ་ཅི་ཞིག་ཅུ་ནས་མ་ཐར་བ་ཡོད་ཅུག། དེ་ཤ་ཅིས། ཤུ་ཨ་ཅོང་ཡང་  
 ཉམ་པོངས་ལ་བཟང་ན། ངས་པན་ཐོགས་ཤིག་བཅོ་ཡིན་ཟེརས། བྱིད་ཀྱིས་  
 ང་ལ་པན་ཐོགས་ཤིག་བཅོན་ཡོང་ཟེར་དེ། ཉམ་པོངས་ལ་བཟང་སྟེ་འབྱིརས།  
 དེ་ནས་ཤུ་ཅིས་ལས་བསྟན་དེ་འབྱིར་དེ། པ་ཆི་དཔལ་དོང་མཁར་ལ་དཔལ་ལེ་  
 གོད་པོ་ཐུན་ལ་བསྐྱེབ་སོང་། གཞན་མ་ཚང་མ་ཅིའི་ཕྱི་ལ་མ་བསྐྱེབ་ཟེར་ན།  
 ལས་ཅོག་པོ་ཆོར་མང་གི་ཆོགས་དང་ལུང་མའི་ཆོགས་མང་པོའི་ནང་ནས་ཐར་  
 ཅས་མེད་ཅུག། དེ་ཆོགས་པོ་བཅད་དོན་སོང་སྟེ། ཞག་རེ་རེ་ལ་ཐག་པ་གང་  
 རེ་མེན་པ་ལས་མ་བིང་བར། དེ་རྒྱག་གིས་འགོར་སོང་། དཔལ་ལེ་གོད་པོ་ཤུ་ཅི་  
 དང་མཉམ་པོ་སོང་པ་དེ་ཅུ་བསྐྱེབ། དེ་ཡུལ་གྱི་མཆུག་ལ་ཨ་ཕི་གད་མོ་ཞིག་  
 ཡོད་ཅུག། ཁོ་དེ་ཅུ་བྲང་ས་ལ་འདུགས།

No. 9.

དེ་ནས་ཞག་ཁ་ཅིག་སོང་སྟེ་ཁོས་ཨ་ཕི་ལ་ཁ་ཆོད་བཅད་དེ་འདྲིས་པ། ཨ་  
 པོ་ལེ། འདི་མཁར་གྱི་ནང་དུ་ནོར་བུ་ཅི་རེ་ཡོད་ཟེརས་པ། ཨ་ཕིས་ལན་དུ་ཤུ་



བྱ་ཚེ། རས་ཚོར་མཁན་ཚང་མ་བྱི་རང་ལ་བཤད་ཡིན་ཟེར་དེ་ཟེར་ས། སྤྱིང་  
 ཡུལ་ལ་ཡབས་ཐོན་པ་དང་ཡུམ་སྤོན་མོ་ཟེར་མཁན་གཉིས་ལ་ཐོ་ཐོ་འབྲི་གྱ་མ་  
 ཟེར་མཁན་ཞིག་བརྩམ་ཆེན་ཟེར་འདུག། དེ་ནས་སྤྱིང་མཁར་གྱི་ཕྱོད་ལ་ཨ་པོ་  
 ཞིག་ཡོད་ཆོད། དེ་ཨ་པོ་མགར་བ་ཞིག་ཡིན་ཆོད་རག། ཁོ་ལ་བྱ་མོ་གཟུམ་སྤྱི་  
 ཆེན་ཟེར་འདུག། བྱ་མོ་གཅིག་གི་མིང་ལ་དཀར་ཐིག་མོ་བདག་ཆེན་ལོ། བྱ་མོ་  
 གཅིག་ལ་ནག་ཐིག་མ་བདག་ཆེན་ལོ། བྱ་མོ་གཅིག་ལ་མ་གོག་བཟང་རྩ་མོ་བདག་  
 ཆེན་ལོ། དེ་ནས་སྤང་རྩ་ཡུལ་ལ་རྩ་འི་དབང་པོ་རྒྱལ་བ་ཞིག་ལ་བྱ་ཚེ་གཟུམ་སྤྱི་  
 ཆེན་ལོ། བྱ་ཚེ་ཨ་ཐོ་འི་མིང་ལ་དོན་ལྡན་བྱ་ཡིན་ལོ། བྱ་བར་བ་ལ་དོན་ཡོད་བྱ་  
 ཡིན་ལོ། རྒྱང་བྱ་པོ་ལ་དོན་གྲུབ་དཀར་པོ་བྱ་ཆེན་ལོ། དེ་རྒྱང་སྤྱགས་པོ་སྤྱིང་  
 མགོ་མེད་ལ་མགོ་ལ་འགྱུར་ཆེན་ལོ། དེ་པོ་ག་རྒྱག་པ་འགྱུར་ཡིན་ཟེར་ན། བྱ་དོན་  
 གྲུབ་དཀར་པོ་སྤང་རྩ་ཡུལ་ནས་ཆོ་པོས་བདང་ཆེན་ཟེར་འདུག། ཆོ་པོས་བ་སང།  
 དེ་མགར་ར་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་བྱ་མོ་མ་གོག་བཟང་རྩ་མོ་ལ་བརྩམ་ཆེན་ཟེར་འདུག།  
 བྱ་ཁྲ་ཡུག་རྒྱལ་པོ་ལ། བྱ་འོང་ཐོ་རི་སྤྱི་ཆེན་ཟེར་འདུག། བྱ་འོང་ཐོ་རི་ལ།  
 བྱ་ཉི་མ་ཁྲུང་བྱང་སྤྱི་ཆེན་ཟེར་འདུག། བྱ་ཉི་མ་ཁྲུང་བྱང་གི་གཟུགས་པོ་འི་ཁ་ནོར་  
 བྱ་སྒྲ་དགྲུ་ཡོད་ལོ། བྱ་དེ་སྤོན་པོ་འི་སྤྱི་བ་ཡིན་ལོ། ཁོས་སྤྱིང་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་  
 བདུལ་ཅེས་ཡིན་ཟེར་འདུག། ཀེ་སར་སྤྱི་སྤྱི་རྒྱུག་པ་ནས་མཁའི་རྩ་བ་དང་ཉི་མ་འི་  
 རྒྱར་ལ་མཚམས་བཅད་བདང་སྤྱི་འདུག་ཆེན་ལོ། ཁོ་འི་ནོ་དེ་བྱ་མོ་མིག་དམར་  
 ཟེར་མཁན་ཞིག་སྤྱི་ཆེན་ལོ། ཁོ་བྲག་མཐོན་པོ་ཞིག་ལ་ཀེ་སར་སྤྱི་མིན་གྱི་ཁ་བར་  
 ཉན་ཅེས་པ་པོར་ཆེན་ལོ། དེ་རྒྱག་ཟེར་ཆར་དེ། ཨ་གྲུ་དཔལ་ལེས་ཡང་འདྲིས་པ།  
 དེ་ཆར་མ་དེ་ཆོར་བ། ཨ་པི་ལོ། འདི་པ་ཆི་དཔལ་དོང་མཁར་ནང་དུ་ནོར་བུ་འི་

རིགས་ཅི་རེ་ཡོད་ཟེར་ཏེ་འདྲིས་པས། ཡ་མིས་ལན་ལ། ཆ་ལག་གི་ནོར་བུ་དེག  
 ཁ་དམར་དང་ཟངས་བྱུ་ཁ་ཡོན། ལྷ་རི་ལྷ་བ་དཀར་པོ་ཡོན། ཐག་བ་གྱུ་ལྷག་ཁ་  
 པོ་ཡོན། སྒྲི་མོ་དཀར་མོ་འི་སྒྲིང་ཤོང་ཡོན། ཉེ་འགོ་ན་གོད་མ་ཆ་ལངས་ཡོན།  
 བསྐྱང་གི་འགོ་ན་མཛོ་མོ་ཐུ་ཡོན་ཡོན། ར་མའི་འགོ་ན་ར་དཀར་མོ་ཡོན། ལྷག་  
 གི་འགོ་ན་ལྷག་ཏེ་མོ་ཡོན། བོང་བུའི་འགོ་ན་ནག་པོ་ཁ་དཀར་ཡོན། ཁྲིའི་འགོ་ན་  
 ཁྲི་མོ་དཀར་མོ་ཡོན། བི་ལའི་འགོ་ན་བི་ལ་ནག་མོ་ཡོན། ཉེ་པོ་ཁ་ལ་མེ་བར་  
 ཡོན། པོ་ལ་ད་དི་གཞུ་མོ་ཡོན། གསེར་རི་སྒྲིད་བྱ་ཡོན། དབུལ་གྱི་སྒྲིད་བྱ་  
 ཡོན། དུང་ངེ་ལྷ་གྱུ་ཡོན། ཟངས་གྱི་ཁྲི་གྱུ་ཡོན། རྩ་ཐུའི་ལག་བ་ཡོན།  
 ལྷ་དྲི་གི་གྱུ་གྱུ་ཡོན། གཡུའི་ཚོག་བྱ་ཡོན། དེ་ཆང་མ་ནོར་བུ་ཡོན་ཟེར་ཏེ་  
 ཡ་མིས་བསྐྱབས། དེ་ནས་དཔལ་ལེ་གོད་པོ་དེ་མཁར་ལ་སོང་ཕྱེ་ཡ་མིས་བསྐྱབ་  
 ཁན་ཆང་མ་ཁར་ཏེ། ཁོ་སྒྲིང་ལྷལ་ལ་སོང་ཕྱེ་སྒྲིང་དཀར་གྱི་མཁར་ལ་གཏོར་  
 མཛོད་བཅེ་སྒྲི་བོར་ས། དེ་ནས་བ་ཆི་དཔལ་དོང་མཁར་ནས་དཔལ་ལེ་སོང་ཕྱེ་  
 ཞག་བདུན་སོང་བ་དང་། སྒྲིན་ལ་སོང་མཁན་གྱི་དཔལ་ལེ་ཆང་མ་དཔལ་དོང་མཁར་  
 ལ་བསྐྱབ། རོར་བུའི་རིགས་ཆང་མ་དཔལ་ལེས་འབྱེད་ཏེ་མེད་པས། ཁོང་ཆང་  
 ཀས་གསེར་རི་དང་དབུལ་རི་ལང་ཟངས་ནོར་རི་ཁར་ཏེ་སྒྲིང་ལྷལ་ལ་སོང་ཕྱེ།  
 རང་རང་གི་ཁང་པ་ཏུ་སོང་། བ་ཆི་དཔལ་དོང་མཁར་ནོར་ཆང་མ་འབྱེད་ས་བ་  
 མང། བཞིག་སོང་ནས། ཅི་ཡང་མ་ལྷས་སོང་།



## PROLOGUE TO THE KESAR-SAGA.

### *Abstract of Contents.*

1. In the land *Kalakol* there lived the fore-father *bKrashis shis* and his wife.\*) They made a little field, borrowed some seed from another man and sowed it. There only grew a single plant, which they watered well, until it became a tree. From this tree (perhaps the later tree of the world) they received a rich harvest of wheat and barley, each grain being of the size of a pigeon. Then they built a barn and stored it up.

2. One day in spring, when the fore-father went to look after the grain, he found that all the grain had turned into worms. Then these worms ate up one another; until only one huge worm was left, who alone filled the barn. After seven days, when the fore-father went to see the worm, it had become a very beautiful child, so tender, that if placed in the sun, it would melt; if placed in the shade, it would freeze. It had golden locks falling from the fore-head down to the breast, and a silver pig-tail falling down to the waist.

3. The fore-father went to the teacher *r Tse dgu*, who lived in a hermitage in "the cold valley," to ask what name ought to be given to the child; and the teacher told him to call the child *Dong ysum mila ngonmo*.

4. The boy *Dong ysum mila ngonmo* loved to go a-hunting with two dogs. Once these dogs seized (arrested) an ogre with nine heads on the rock above the hermitage. The ogre implored the boy not to kill him and promised to be his helper in war and sport. The boy, who did not know what to do, went to ask the teacher about it.

5. The teacher told him that it was necessary to kill the ogre, and that out of his body the land *g Ling* would come into existence: Out of four of his heads the four walls of the *g Ling*-castle, out of four other ones the four corners (towers) of the *g Ling*-castle, out of one of the heads the floor of the castle, out of his legs the large beams, out of his arms the smaller beams; the fingers would become the sticks of the roof, the ribs the twigs of the roof, and the interior parts the earth of the roof. The lungs would become the golden gold-hill, and the heart

---

\* This *bkrashis* is probably identical with the fore-father smith *bkrashis*, mentioned in No. 9.



the white silver-hill. The stomach would become the *Groma*-plain, the principal of all plains, and the bowels the *rGyuma*-gorge, the principal of all gorges. The little stomach would be turned into the hunting ground *Spotho nangma*, and the eyes into the spring *Thsangya*; out of his nose would arise the [place] *Skad snyan glingbu*, and out of the kidneys the rock *r Gyab rten*.\*

6. Before all this was finished seven days elapsed, and on the seventh day *Dong rsum mila sngonmo* and his dogs came back hungry to the fore-father and his wife. The latter had been fearing that the boy had stayed away for such a long time, because he was angry with them for not yet having given him a bride. For this reason the fore-father went to the teacher and asked him to cast lots and find out from which of the four directions the bride would come. The teacher advised him to call together eighteen girls from the street, and to see that all of them had been born in the sheep-year. On the occasion of the *Bangri*-festival, when many guests had assembled, all those girls of the sheep-year were placed in a separate room, and the boy was sent into the same room too.

7. As soon as the girls had seen the boy, they all were with child, and after nine months and ten days the first child was born. All were startled, because it had a goat's head instead of a human head, and *Dang rsum mila sngonmo* went to the teacher to ask what should be the name of the child. When he said that a child of very bad caste with a goat's head had been born, the teacher advised him

---

\* This account of the creation of *gLing* out of the body of the ogre is what I have called "the creation of the world (earth)." After the opening of Tibet it will probably be possible to find all the places mentioned in the account, and thus to determine the geographical situation of the land *gLing* (perhaps the *Lik* of the Mongols). Although the land *gLing* would then appear to cover only a small portion of the surface of the globe, we must not forget, that in the minds of those early men of *gLing* it may have constituted the whole world known to them. Even at the present time the conceptions of the Tibetans with regard to the size of the earth are extremely narrow. The name *gLing mkhar* castle of *gLing* may have been originally the name of a high mountain with many peaks. Thus for instance the name of a hill not far from the *Saspola* bridge is *Kesarri mkhar*, castle of *Kesar*. If in future times it should be possible to fix the situation of *gLing*, the question will arise: Do we now actually know the home of the *Kesar*-saga? I do not believe that the question will be settled so soon. In other countries another version of the saga may mention quite different localities. Besides that not all of the names of the *Kesar*-saga appear to be of Tibetan origin, some of them have a distinctly non-Tibetan character, and others look like translations from another language. Finally, the question of the zodiac of the mythology of *gLing*, as represented in the *Agas*, will have to be considered before it will be possible to decide the question of the home of the saga.

not to speak of [bad caste and to call the child *Pasang ldan ruskyes*. When he came back, another child was born which had a lizard's head. This also was considered to be of bad caste, but the teacher was of different opinion and said that this child's name was to be *Angar ltsangpa*. Then the teacher told the boy not to come again, and gave him a letter containing the names of sixteen more Agus, who were to be born.\*

8. When all of the eighteen Agus were born they marched out in the order of their birth, built houses and took wives. Because they had no riches, they started in search of the castle *Pachi dpal dong*, to get them from there. The Agu *dPalle rgodpo*, whose mother was a smith's daughter and who was believed to be very stupid, started after the others had left. When crossing a brook, he found a fox who could not get out of the water and who asked to be allowed to jump on the Agu's horse. This he was invited to do and in return showed the way to the castle, where Agu *dPalle* arrived first of all. The other Agus had lost the way and become entangled in thorns.

9. After some time Agu *dPalle* asked the grand-mother, who was living in the castle, to tell him what treasures there were in the castle, and the grand-mother answered: "In the land *gLing* there will be born to father *Thonpa* and mother *sNgonmo* a daughter called *a' Bruguma* (*a' Bruguma*). In the *gLing* castle to the fore-father, the smith *bKrashis*, there will be born three daughters, *dKar thigmo*, *Nag thigma* and *Gog bzang lhamo*. To the lord of heaven there will be born three sons, *Don ldan*, *Don yod* and *Don grub dkarmo*. The latter will die in heaven and be born to *Gog bzang lhamo*, to become the head of the land *gLing*. To the bird *Khu yug rgyalpo* will be born the bird *'Ong ldore*, and to this one the bird *Nyima khyung rung*. The latter will subdue Kesar, and will mark the frontier of sun and moon on the sky (the horizon), until Kesar will be reborn. His younger brother, the bird (bat) *So mig dmar* will then be born and remain on the high rock to hear the news, whether Kesar will be reborn or not." Then *dPalle* said: "But the treasures, what kinds of them are there here?" and the grand-mother answered: "There is a pot with a red mouth and a kettle with a crooked mouth; the white moon is the axe; there is the rope of several colours *rGya stag* and the white bag, "Hold-thousand"; the first of horses, the mare *Thsa langs*; the first of cattle, *mDzomo ru you*; the first of goats, *Ra dkarmo*; the first of

\* The names of these Agus will be found in the "Vocabulary and Comments." A list of the 18 Agus with their characteristic marks was also published in the "Indian Antiquary," December, Part II, 1901.



sheep, *Dromo*; the first of asses, *Nagpo kha dkar*; the first of dogs, the bitch *dKarmo*; the first of cats, *Nagmo*; there is the gelding with fire in his mouth; a bow; golden and silver hearth-stones; a pearl-white lamb and a copper [coloured] dog; pearls and a grinding-stone of turquoise." All these treasures *Agu dPalle* brought to the *gLing* castle and put them into a store-room. Seven days after he had left, the other *Agus* arrived and carried off some gold, silver and copper each. When nothing was left, the castle *Pachi dpal dong* went to pieces and nothing of it remained.\*

## GENELOGICAL TABLE.

bKrahis †		
out of his field	from his wife	
Dong ysum mila sugonmo	dKarthigmo Nagthigma	Gogbzanglhamo
the 18 <i>Agus</i>	Kesar	
dBangpo rgyab bzhin	Thonpa, Sngonmo	Khnyug rgyalpo
Don yod, Don ldan, Dongrab dkarpo reborn as Kesar.	'a Braguma	'Ong ldore
		So mig dmar, Nyima Khyung rung

\* In facing the danger of being ridiculed by experts on mythology, I cannot help proposing to interpret passages in No. 9 with the help of the course of the sun. This is suggested in the first place by the occurrence of the word *nyima* "sun" in the name of the supposed sun-bird. I hope that visitors to Ladakh will take the trouble of ascertaining that this is actually the case. The statement that the sun-hero will be killed by the sun-bird, fire by fire, reminds us of the story of the bird Phoenix, who is burnt and arises again alive and young out of the ashes. This story has, I think, always been explained with the fact that the setting sun disappears in the golden-coloured clouds of the evening sky. Then the prophecy, that the sun-bird will mark the frontier of sun and moon on the sky (the horizon) during the death of Kesar, seems to lend itself easily to the interpretation, that during winter the sun is near the horizon (especially in our mountains). The next prophecy, that the bird (bat) *So mig dmar* will remain on the high rock and wait for the news of Kesar's rebirth, may refer to a day-myth.

The bat *So mig dmar* may be the morning star which announces the rising of the sun. All the treasures of the castle down to the cat *Nagmo*, carried away by *Agu dPalle*, seem to be objects of nature; the rest seem to be ordinary treasures.

As regards the animals, there will be no difficulty. The first treasures I am inclined to interpret in this way: The pot with the red mouth is the sun, the kettle with the crooked mouth the moon, who mostly does not show her full circular shape; the moon axe may be the new-moon of sickle shape, the rope *ryya stag* of several colours the rain-bow, and the white bag "Hold thousand" the cloud.

† bKrahis in No. 1 and No. 9 are accepted to be identical.



## VOCABULARY AND COMMENTS.

## No 1.

ཀལ་ཀལ། Kalakol, name of the first country.

ཨ་པོ། Apo, great-grand-father, fore-father.

ཨ་བུ། = ཨ་མུ། grand-mother.

ཐོང་རོས། thongros, ploughed field.

རྩོམ་ཐོ། rmotho, time for ploughing.

ལྷུང་ཅུ། ldur chu, first irrigation of a field.

མེན་པ། menpa, = ma yinpa, besides.

ཟེངས་པ། Lower Ladakhi for ཟེང་པ། said.

ཙ་ན། = ཙ་ན། at the time of.

ཟམ། zam = tsam, so much.

དྲིམ། drim, trunk of any tree.

བུ་བ། budra, tree.

ཕོ་རོན། phoron = phugron, dove.

ཙོད། zod = thsod, measure, alike.

ཡུལ་ཐག། yul thag, threshing-floor.

ཇལ་ལ། jalla = zhalba, clay.

སྒྲིལ་པེ། skyaste, transporting; related to skyelba.

## No. 2.

འབུ་རྩིག། 'abu rtsig, caterpillar.

འཁྲངས་ཅེས། 'akhyangscas, to freeze.

ཅུན་ཅུན། chun chun = chunpo, locks or fringes on the fore-head.

ཅོད། coti = cuti, pig-tail.

## No. 3.

བྱི་དོན། dridon, a cake used for offerings.

ཕོག་དོན། burnt-offering of the pencil-cedar.

གསན། *γsan*, not *γson*, listen, imperative tense. The respectful verbs do not change *a* to *o* in the imperative tense.

རྩེ་དགུ། *rtse dgu*, nine summits; was also explained as meaning *rtsi dgu*, counting up to nine in sorcery.

དོང་གཡུ་མ་མི་ལ། *Dongysum mila*, name of the boy of *ḥkra shis*; is said to mean "three pits to a man." I am, however, more inclined to spell it *γdong γsum mila* "three faces to [one] man," which explanation would perhaps point to some figure similar to Brahma. The latter part of the name we find perhaps again in the name *Milaraspa*.

## No. 4.

རྩེ་སྟོ། *rjespo* = *rjessu*, after.

སྐར་ཅས། *skarcas*, to keep an animal in its place by surrounding it (when hunting).

ཀྱེ་མ། *kyema*, careful, carefully.

བཟངས་པོ། *bzangspo* = *bzangpo*, good.

## No. 5.

དགོས་སྟབས། *dgossug* = *dgos 'adug*, must, pres. tense.

གྲ་བཞི། *gra bzhi*, four corners; is said to refer to the towers of the castle.

ས་སྐང། *sa skang*, said to mean "floor."

མ་གདུང། ma γdung, "mother-beam," the thick beams in the roof of a house.

བུ་གདུང། bu γdung, "daughter beam," the thinner beams in the roof.

ཕྱན་མོ། phranmo, "the little ones," expression for "fingers."

གྲོག་ཀྲབ། thog krab, the branches which are placed on the sticks of the roof, before the earth is stamped on it.

ཚེའི་ཕོབ། thsei phoba, is said to be "the little stomach."

སྤོ་མཐོན་མ། spo mtho nangma, name of a hunting ground.

ཚང་ཡ། thangya, name of springs of water; compare this word in Jäschke's dictionary.

ཕོ་ལང། pholong = phabong, rock.

སྐད་སྒྲུབ་གླིང་བུ། skad snyan glingbu, "well-sounding flute," name of a place where probably the whistling of the wind can be heard.

རྒྱུབ་རྟེན། rgyab rten, "lean backwards;" name of a rock; against this rock Aga Khromo was thrown.

## No. 6.

མོ་དཔེ། mo dpe, the book for casting lots.

བང་རི། bang ri, the feast given to celebrate the birth of a child; it may, however, be given many years later, if the parents are poor.

བིང་ཅེས། bingees, to come out.

བདག་ས། btags, from 'adegspa, to raise [a meal], = give a meal.

ལྷན་མོ། ltanmo, a spectacle.

ཁྱེ་རང། khye rang = khyed rang, you.



ཟླ་བཟླ་དངོས་བཅུ་ཉི་ཤེས་ལ། nine months, and then exactly on the tenth day,

སྟོན་ལ་རང། sngonla rang, the first (first-born).

ལྷ་ས་ངན། ltas ngan, here the same as rigs ngan, low caste.

ཡང་དུ་སྒྱུར་ཅས། yangdu sgyurcas, to change back. The meaning is here: you must take back your word that the child was of low caste.

ལྷངས་བ། ltsangspa = rtsangspa, lizard.

བ་སང་ལྷན་དུ་སྟེས། Pasang ldan ru skyes, name of the first Agu; it means "possessing the Friday (Venus), horns growing."

ཨང་གར་ལྷངས་བ། Angar ltsangspa, name of the second Agu. The second part means "lizard;" the first part does not appear to be Tibetan.

སེ་སེ་སྟིས། memesis, by the grand-father; Lower Ladakhi form of the instrumental in *si*.

སྟེ་ཅེས་ཅན། skyecescan, is almost a participle of the future tense, "they who will be born."

བྲིས་ཡོད། bris yod, is written; a form of the perf. tense, which is hardly ever used in Ladakh proper.

ཁ་གནད་གཤམ་ནི། Kha rgan dga ni, name of the third Agu; the latter part of the name is perhaps *dga nyi*; then it would mean "Old month, day of joy," or *Gani* alone would mean 'coat of mail.'

ཁྲམ་སྟོ་ཁྲམ་ཐུང། Khrai mgo khrai thung, name of the fourth Agu; it means "falcon's head, short falcon."

སྦྱ་བ་ཤོད་པོ། Skyaba rgodpo, name of the fifth Agu; it means "wild soup-spoon."

ལྷ་བ་བཟང་བོ། Zlaba bzangpo, name of the sixth Agu; it means "good moon, or month."

མདའ་དཔོན་གོང་མ། mDa dpon gongma, name of the seventh Agu; it means "the high headman of bow-men."

ཨ་ལ་ཙོང་གོལ། Ala congcol, name of the eighth Agu; does not appear to be Tibetan; is said to mean "a boot's sole, the stupid one."

འབྲ་དམར་ལས་བསྟན། 'aBu dmar lam bstan, name of the ninth Agu; it means "red worm, way-leader."

ཤེལ་ལི་བྱ་ལྷུང། Shelli buzlung = buchung, name of the tenth Agu; it means "little boy of glass (or crystal)."

དགའ་ནི་གོང་བ། d Ga ni gongba, name of the eleventh Agu; it means "day (?) of joy, the collar," or "coat of mail, the collar."

ལག་ལག་རིང་ས། Lag lag rings, name of the twelfth Agu; it means "long hand."

རྐང་རྐང་རིང་ས། rKang rkang, rings, name of the thirteenth Agu; it means "long foot."

བོང་ནག་ལྷུ་མ་བྱ། Bong nag ldumbu, name of the fourteenth Agu; the first part means "black ass"; ldumbu is said to be a plant.

བཀའ་ལྷོན་ལྷན་པ། bKa blon ldanpa, name of the fifteenth Agu; it means "the state-minister, the possessor."

རང་ས། rangs, an ornament.

དཔལ་ལོ་རྟོག་བོ། dPalle rgodpo, name of the sixteenth Agu; it means "wild splendour, glory."

ན་གཡུ་ན་ཅུལ། rNa jyu rna rtsal, name of the seventeenth Agu; it means "ear-turquoise, skilful ear;" there was a misprint in my previous list of the Agus with regard to this name.

ལྷ་བ་དགའ་བོ། Zlaba dkarmo, name of the eighteenth Agu; it means "white moon, or month."

## No. 8.

སྐེད་ཚིར། skyei thsir, the order of their birth.

མགའ་མོ། mgarmo, wife or daughter of a smith.

གྲིབ་པོག་མེ། grib phogste, got a black spot; used also in the sense of "being stupid."

པ་ཆི་དཔལ་དོང། Pachi dpal dong, name of the castle of treasures; the first part I cannot explain; the second means "well or pit of splendour."

རྟ་པོང་ས། rtam phongs = rta 'aphongs, sit (behind you) on a horse.

## No. 9.

ཨ་ཕི། aphi = aphyi, grand-mother; in Central Ladakh the pronunciation of this word is *abi*.

ཁ་ཚོད་བཅད་ཅེས། Kha thsod beacdes, spy out, examine.

ཅི་རེ། cire, what each = what kinds?

ཡབས། yabs = yab, father.

ཡབས་ཐོན་པ། yabs thonpa, name of 'aBruguma's father, "the beautiful (fair) father."

ཡུམ་སྤོན་མོ། yum sugonmo, name of 'aBruguma's mother, "the blue mother;" in the Sheh-version we find the name *chorol*.

འབྲི་གུ་མ། 'aBriguma, name of Kesar's bride; here the MS. has 'aBriguma instead of 'aBruguma; it means "the young female Yak." Just as in India, in Tibet also beautiful women are compared to cows; see Wintermythus der Kesarsage, No. V, 25.

ཡིན་ཚོད། yin thsod, yodhsod, it is, are forms of the dubitative.

ཨ་ཅོ། aco, lower Ladakhi for ajo, elder brother.



ཚེ་པོས་བཏང་ཅེས། these phos btangces, to die; compare 'aboba for phos.

ནོ། no, younger brother.

མག་བ་བཀ་ཤིས། mGarba bkrashis, name of the smith of gLing; it means "the smith good-fortune."

དཀར་ཐིག་མོ། dKar thigmo, name of the first daughter of the smith of gLing; it means probably "the white-spotted one."

ནག་ཐིག་མ། nag thigma, name of the second daughter of the smith of gLing; it means probably "the black-spotted one."

མ་གོ་བ་བཟང་ལྷ་མོ། ma gog bzang lhamo, name of the third daughter of the smith of gLing; here we find even *bazang* for *za*; the form *tsa*, which I am told, occurs in the epic, has not yet been discovered in the oral tales; the name means "mother good-ashes, the goddess."

དབང་པོ་རྒྱལ་བ་ཞིན། dBangpo rgyab bzhin, name of the Lord of the gods; I am still keeping to this form of the name, because I find it spelled thus in the MS.; but because also the Mongolian version has Indra, it is quite possible that, as Prof. Grünwedel and Dr. Laufer suggest, the name ought to be spelled *brgya sbyin* = *śatakratu*. But it must be remembered that the latter mode of spelling the word can account only for the pronunciation *rgya shin*, not for *rgyab shin*.

དོན་ལྷན། Don ldan, name of the first son of the gods; it means "having an aim."

དོན་ཡོད། Don yod, name of the second son of the gods; it means "having an aim."

དོན་གྲུབ་དཀར་པོ། Don grub dkarmo, name of the third son of the gods; it means "the white one, fulfiller of the aim." The epithet "white" in the form of *garbo* can also be found in the Mongolian version. It is not at all necessary to speak of Buddhist influences, because the name Dongrub corresponds to Siddhârta. As has been shown, the name of Siddhârta was in common use as a personal name in Pre-Buddhist times, just as the name of Dongrub is often met with in Ladakh

at the present time. Both may go back to similar mythological conceptions.

བྱ་ཁྱུག་རྒྱལ་པོ། bya Khuyug rgyalpo, name of the grand-father of the sun-bird; it means "the king-bird Khuyug."

བྱ་ལོང་ལྷོ་རེ། bya 'ong ldore, name of the father of the sun-bird; does not appear to be Tibetan.

བྱ་ཉི་མ་རྒྱུང་རུང། bya nyima khyung rung, name of the sun-bird; it means "the sun-bird khyung rung." Here we see the application of laws of sound No. 3 (Ladakhi Grammar) with regard to the name of the sun-bird, which is in full *khyung dkrung*. (Compare the Ladakhi Pre-buddhist Marriage Ritual in the "Indian Antiquary," 1901, Introduction). A similar case we find in the name Lamayuru with regard to the *svastika*. The latter part of this name is spelt even now-a-days *γYung dkrung*. The modern pronunciation of this name being *yuru*, has not only lost the tenuis before *r*, (besides the prefixes), but also the final *ng*.

བྱ་སོ་མིག་དམར། bya so mig dmar, name of the younger brother of the sun-bird; it means "bat red-eye."

ཀེ་སར། kesar, name of the hero of the saga; the passage in No. 9 speaks very much in favour of the view, that the name of Kesar is to be derived from *skye year*, the reborn one (newly born).

དེག། deg, pot; an Urdu word.

ཁ་ཡོན། kha yon, a crooked mouth.

སྒེ་སོ། sgemo = agyemo, bag.

སྟོང་ཤོང། stongshong, holding one thousand (bushels).

རྟའི་འགོ་ན། rtai 'agona, in the origin of the horse, i.e., the first horse.

ཐ་ལངས། thsa langs, name of the first mare; the name means "rising of envy;" for this idiom compare 'A Ladakhi Bonpo Hymnal,' song No. IV, Note on No. 9. "Indian Antiquary," Vol. XXX, p. 361. In

my paper 'the spring-myth of the Kesar-saga' we find the name ཚ་ལྷང་།  
 thsa ldang, which probably means the same and can be translated in  
 two ways.

རུ་ཡོན། ru yon, "crooked horns," name of the mother of all cattle.

ར་དཀར་སྐོ། ra dkarmo, "white goat," name of the mother of all  
 goats.

རྩོ་སྐོ། dromo, "heat," name of the mother of all sheep.

ཁག་པོ་ཁ་དཀར། nagpo Kha dkar, "black, and white mouth," name  
 of the mother of all donkeys.

ཁྱི་སྐོ་དཀར་སྐོ། khyimo dkarmo, the white bitch, name of the  
 mother of all dogs; in my 'springmyth of the Kesar-saga' she is called  
*drumbu brang dkar*.

བི་ལ་ནག་སྐོ། bila nagmo, black cat; name of the mother of all  
 cats.

ཁ་ལ་སྐོ་བར། Khala me bar, "fire burns in the mouth;" name of a  
 famous gelding.

སྐྱིད་བུ། sgidbu = sgyidbu, hearth-stone.

ཐུ་རུ། curu, = byiru, coral; a branch of corals is called a "hand  
 of corals."

ཚིག་བུ། thsigbu = thsigu, grinding stone.





༢༢། སྤྱིང་རྒྱལ་ལྷ་ས་ཀེ་སར་གྱི་སྤྱོད་རབས། སྤྱངས་ཡིན།

No. 1.

༢༢། དེ་ནས་དཔལ་ལེ་གོད་པོ་སྤྱིང་གི་ར་རྩི་བཅོའི་ན་ཞིག་འདུགས།  
ཞག་ཅིག་རི་ལ་ར་ས་འབྲིད་དེ་སོང་བ་སང། རི་དཀར་པོའི་ནང་ནས་བྱ་དཀར་  
པོ་ཞིག་ཡོངས། རི་ནག་པོའི་ནང་ནས་བྱ་ནག་པོ་ཞིག་ཡོངས། ཁྲིས་བཟང་ལྷོ་  
འདུགས་པ། དེ་གཉིས་ཀས་སྒྲོལ་གྲག་བཏངས་བས། ཁྲིས་ཞིབ་ཆ་བཟང་ལྷོ་  
འདུགས་པ། ལྷ་མོའི་དུས་ལ་བྱ་ནག་པོ་དེ་རྒྱལ་འཐབས་སོང། ཉི་མ་པོད་ཟམ་  
ལ་གཉིས་ཀ་འབྲ་འབྲ་སོང། ཕྱི་ཐོག་བྱ་དཀར་པོ་དེ་རྒྱལ་ཚོད་སོང། དེ་ནས་ཁྲིས་  
བྱ་དཀར་པོ་རྒྱལ་ཚོད་སོང་བས་ས་ལྷོ་འཐད་གྱིན་ཞིག། ར་ས་འབྲིད་དེ་ཕྱིར་ལོག་  
ལྷོ་ཁང་བ་རྩ་ཡོངས།

གོར་ས་ཁྲིས་ཡང་དེ་ན་ནའི་ས་ཁྱད་ལ་བཟང་ཅེས་མི་ལ་ར་ས་འབྲིད་དེ་  
སོང་བས། ཡང་དེ་རི་དཀར་པོ་ནས་གཡག་དཀར་པོ་ཞིག་བེད་ལྷོ་ཡོངས།  
རི་ནག་པོ་ནས་གཡག་ནག་པོ་ཞིག་བེད་ལྷོ་ཡོངས། ཡང་ཁྲིང་གཉིས་ཀ་སྒྲོལ་བས།  
ལྷ་མོའི་དུས་ལ་གཡག་དཀར་པོ་རྒྱལ། ཉི་མ་པོད་ལ་གཉིས་ཀ་འབྲ་འབྲ་སོང།  
མི་ཐོག་ལ་གཡག་ནག་པོ་རྒྱལ་གྲུ་རིག་ཆའད་ཚུགས་ས། ཁྲིས་བསས། དེ་  
གཡག་ནག་པོ་བདུད་ཅིག་ཡིན་ཚོད་འདུག། དེ་གཡག་ནག་པོ་ངས་བསད་ཡིན་  
བསས་ལྷོ། རི་ཐོག་པོ་ཞིག་ལ་སོང་ལྷོ་གྲུ་འདི་རྩར།

རི་དཀར་པོའི་ནང་ནས་གཡག་དཀར་པོ་ཞིག་བེང་ལོ།  
 རི་ནག་པོའི་ནང་ནས་གཡག་ནག་པོ་ཞིག་བེང་ལོ།  
 གཡག་དཀར་པོ་ལ་བཟླ་ན་སྤང་བའི་ལྷ་ཞིག་ཡིན་ནས།  
 གཡག་ནག་པོ་ལ་བཟླ་ན་ཟ་བའི་འདྲེ་ཞིག་ཡིན་ནས།  
 གཡག་ནག་པོ་དེ་ངས་བསད་སྟིང་རིག་རག་ལོ།  
 མེ་མེའི་དུས་ལ་གཡོགས་མཁན་རིག་ཡིན་ལོ།  
 ཡ་བའི་དུས་ལ་ལྷ་ས་མཁན་རིག་ཡིན་ལོ།  
 བྱ་ཚང་དེ་དུས་ལ་ཁར་མཁན་རིག་ཡིན་ལོ།  
 ར་ཡུག་བོང་མཐིལ་བྱི་ལྷག་གསུམ་ཡོད་ལོ།  
 རོ་བ་ཆེ་ཆེ་ཟས་ནི་དྲ་གོད་ཟས་བཏང་ཡིན་ལོ།  
 རོ་བ་བར་བ་ཟས་ནི་གཡག་གོད་ཟས་ཞིག་བཏང་ཡིན།  
 རྩང་རྩང་ཟས་ནི་ར་གོད་ཟས་ཞིག་བཏང་ཡིན་ལོ།  
 རེ་སང་རྩང་རྩང་ནི་འཇུག་མ་འཇུག་རིང་ཞིག་བཏང་ཡིན་ལོ།  
 གཡག་ནག་པོའི་རྩ་ཚོ་གཡས་པའི་ནང་དུ་བཏང་ཡིན་  
 རྩ་ཚོ་གཡས་པ་ལ་ལྷུས་པ་བཙོ་བརྟུན་རིག་འཕྲད་ཡིན་ལོ།  
 ལྷུས་པ་གཅིག་ནི་ལྷ་འི་དབང་པོ་གྲུ་ཞིན་ལ་འཕྲལ་ཡིན་ལོ།  
 ལྷུས་པ་གཅིག་ནི་བར་བཙན་གྱི་ཡ་ས་སྐབས་བདུན་ལ་འཕྲལ་ཡིན་ལོ།  
 ལྷུས་པ་གཅིག་ནི་འོག་ཀླུ་ཀླུ་གྲུ་ལ་ལྷོགས་པོ་ལ་འཕྲལ་ཡིན།  
 ལྷུས་པ་གཅིག་ནི་པ་རྩ་སྐྱར་ཆོང་སྟན་པོ་ལ་འཕྲལ་ཡིན།  
 ལྷུས་པ་གཅིག་ནི་ས་རྩ་བཀྱར་དམན་གྲུ་ལ་མོ་ལ་འཕྲལ་ཡིན།

ལུས་པ་གཅིག་ནི་གླིང་གི་དབང་པོ་བཙུང་ལ་འབྲུལ་ཡིན།  
 ལུས་པ་གཅིག་ནི་གླིང་མཁར་ཅེ་དགའི་མགོ་ལ་འབྲུལ་ཡིན།  
 ལུས་པ་གཅིག་ནི་གསེར་པོའི་གསེར་རི་ལ་འབྲུལ་ཡིན།  
 ལུས་པ་གཅིག་ནི་སྤོན་པོའི་གཡུ་རི་ལ་འབྲུལ་ཡིན།  
 ལུས་པ་གཅིག་ནི་རྩ་མིག་ཚང་ལ་ལ་འབྲུལ་ཡིན།  
 ལུས་པ་གཅིག་ནི་གོ་མ་ཐང་གི་ཐང་འགོ་ལ་འབྲུལ་ཡིན།  
 ལུས་པ་གཅིག་ནི་དབང་མའི་ཨ་ལྷ་གཡུ་ལ་འབྲུལ་ཡིན།  
 ལུས་པ་གཅིག་ནི་སྤྱི་རབས་སི་རབས་འགོ་ལ་འབྲུལ་ཡིན།  
 ལུས་པ་གཅིག་ནི་སྤྱོ་ཐོན་མའི་ལིངས་ས་རྩ་འབྲུལ་ཡིན།  
 ལུས་པ་གཅིག་ནི་ཡབས་ཐོན་པ་དང་ཡུས་སྤོན་མོ་ལ་འབྲུལ་ཡིན།  
 ལུས་པ་གཅིག་ནི་ཤེལ་ལྷས་འབྲུ་གུ་ས་ལ་འབྲུལ་ཡིན།  
 ལུས་པ་གཅིག་ནི་ལྷེས་ལྷེས་སི་ལྷེས་མཁར་ལ་འབྲུལ་ཡིན།  
 ལུས་པ་གཅིག་ནི་དབང་ལེ་ང་རང་ལ་བོར་ཡིན།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་རིན་ཞིག་དང་ཁོས་དབྱུག་དེ་བཟང་སྟེ་གཡལ་གཡལ་པོ་དེ་གི་  
 མོང་། གཡལ་གཡལ་པོ་དེ་བཟང་ཅུ་ཅུ་ལྷ་གུ་ཡིན་ཚུགས། གཡལ་གཡལ་པོ་དེ་  
 ལྷའི་དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་ཡིན་ཚུགས། དེ་ཞིག་ལ་དབང་ལེ་རྒྱུ་པོས་གཡལ་གཡལ་དེ་  
 མ་བསད་ས་པོན་ན། བཟང་ཅུ་ཅུ་ལྷ་གུ་དེ་རྒྱལ་ནས། ལྷའི་དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་  
 དེ་བསད་ཅེས་ཡོད་ཚུགས། དེ་ནས་རི་དཀར་པོའི་ནང་ནས་ལྷ་གུ་ཁྱུ་གཡང་ཟས་ཞིག་  
 བེང་སྟེ་དབང་ལེ་རྒྱུ་པོས་མདུན་ལ་ཡོང་སྟེ་ཟེར་ས་པ། དབང་ལེ་ཁྱོད་ང་ལ་རིན་  
 ཅན་མོང་། འདི་རིང་ཉེ་རང་མེད་པོན་ན། ང་བཟང་གྱིས་བསད་ཅེས་ཡོད་པོན་ན།



བྱིད་ལ་ངས་རྒྱལ་བ་རྒྱལ་བ་ཞིག་བཏང་ཡིན། སེམས་བྱིད་བཏང་ཡིན། ཡུལ་  
 བྱི་བྱིད་བཏང་ཡིན། རྗེ་ཅི་དགོས་སེམས་བཏང་ཡིན། དེ་ནས་དཔལ་ལེ་ཞོད་  
 བོས་ཟེར་སྟེ། ང་ལ་རྒྱལ་བ་ཅིང་མི་དགོས། རྗེ་པའི་པེ་ལ་ངས་གཤམ་ག་  
 ནག་པོ་མ་བསད་སྟེ། ཉེ་རང་ལྷ་འདྲི་དབང་པོ་རྒྱལ་བ་ཞིག་ཡིན་བ། ངས་མ་ཤེས།  
 ཡིན་ན་རྒྱལ་ལ་སོང། ཉེ་རང་ལ་བྱ་ཚ་དོན་ཡོད་དོན་ལྷན་དོན་གྲུབ་གསུམ་ཡོད་ལོ།  
 དེའི་ནང་ནས་ཐུག་གུ་གཅིག། ང་ཞུ་བྱིང་མགོ་མེད་ལ་མགོ་ལ་སྦྱུང་ན། ང་འཐད་  
 ཅས་རག་ཟེར་སྟེ། དེ་ནས་ལྷ་འདྲི་དབང་པོ་རྒྱལ་བ་ཞིག་གིས་ཟེར་སྟེ། ཐུག་གུ་གཅིག་  
 རི་བརྩ་བའི་མིག་གཤམ་པ་ཡིན། གཅིག་རི་མིག་གཤམ་པ་ཡིན། གཅིག་རི་  
 བསམ་པའི་སྟིང་ཡིན། ཡིན་སྐྱང་དཔལ་ལེ་བྱིད་ནིང་ངའི་སྒྲོ་སྒྲོག་ལ་སྦྱོབ་སྟེ།  
 བཅོས་པ་སང། མེན་མི་ཟེར། ང་སོང་སྟེ་སྟེང་ལྷ་ཡུལ་ལ་ཐུག་ཀྱང་ལ་འདྲི་སྟེ་  
 ཞག་བདུན་ལ་བཟང་ངན་བཏང་ཡིན་ཟེར་དེ་ཁ་ཆད་བཅོས།

No. 2.

དེ་ནས་ལྷ་འདྲི་དབང་པོ་རྒྱལ་བ་ཞིག་སྟེང་ལྷ་ཡུལ་ལ་སོང་བས། དཔལ་ལེ་  
 ཞོད་བོས་ར་ས་འབྲིད་དེ་རང་གི་ཡུལ་ལ་ཡོངས། ལྷ་འདྲི་དབང་པོ་རྒྱལ་བ་ཞིག་དེ་རང་  
 གི་སེམས་ལ་བསྐྱེད་སྟེ་ནང་མིག་ཅིག་གི་ནང་དུ་མགོ་བདུན་སྟེ་གཉིད་ལོག་སྟེ་  
 འདུགས། དེ་ནས་བྱ་དོན་ལྷན་གྱིས་གསང་མ་དང་གསོལ་ཇ་བྱིང་སྟེ་ཞུས་པ།  
 ཨ་བ་ལེ། གསོལ་ཇ་དང་གསང་མ་འདོན་ལེ། ཉེ་རང་ལ་ཆེར་ཀ་ཅི་བྲག།  
 དེ་ནས་ཨ་བས་ཟེར་སྟེ། འདི་རིང་བདུད་ཅུ་ཅུ་ལྷ་གྲུ་དང་ང་འཐད་མེ་སོང་སྟེ།  
 བདུད་རྒྱལ་དེ་ང་བསད་ཅས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ནས་སྒྲིང་པའི་དཔལ་ལེ་ཞོད་པོ་  
 ཡོང་སྟེ། བདུད་ཅུ་ཅུ་ལྷ་གྲུ་དེ་བསད་སོང། དེ་ནས་ངའི་སྒྲོག་ཐར་སོང། ཁོ་ལ་  
 རྒྱལ་བ་ཞིག་བཏང་ཡིན་ཟེར་སྟེ། ཁོས་ཅིང་མི་དགོས། བྱིད་རང་ལ་བྱ་ཚ་

གསུམ་འདུག། དེ་ནི་ནང་ནས་གླིང་མགོ་མེད་ལ་མགོ་བཙོ་ཅེས་ལ། སྤྱ་གུ་གཅིག་  
 ཉིང་ཟེར་འདུག། བྱིང་ཆ་ན་ངས་ཇ་དང་ཟ་ཅེས་ཟ་ཡིན། དེ་མེན་ན་མི་ཟ་ཟེར་ས་པ།  
 དེ་ནས་སྤྱ་གུ་དོན་ལྡན་གྱིས་ང་མི་ཆ། ལྷ་འི་སྤྱ་གུ་མི་ཡི་ཡུལ་ལ་ག་རྒྱག་ལ་ཆ་  
 ཡིན། ཟ་ཅེས་ཟ་ན་ཟོ། མ་ཟ་ན་བོར་ཟེར་ཉེ་ལོག་སྟེ་ཡོངས།

དེ་ནས་ཡང་ནོ་བར་པས་ཇ་དང་ཟ་ཅེས་འཁྱར་ཉེ་འབྱིར་ནས་ཨ་བ་ལ་  
 ཞུས་པ། ཡབ་རྒྱལ་པོ་ལེ། གསང་མ་དང་གསོལ་ཇ་འདོན་ལེ། ཉེ་རང་ལ་  
 ཐུགས་སྟོ་ཅིའི་པི་ལ་བཞུངས་འདུག། ཡང་ཨ་བས་ཟེར་ས། ནོ་རང་གླིང་  
 མགོ་མེད་ལ་མགོ་ལ་ཆ་ན་ངས་ཟ་ཅེས་ཟ་ཡིན། དེ་མེན་ན་མི་ཟ། དེ་སྤྱ་ཆས་  
 ཀྱང་ང་ལྷ་འི་སྤྱ་གུ་མི་ཡི་ཡུལ་ལ་མི་ཆ་ཟེར་ས། ཟ་ཅེས་ཟ་ན་ཟོ། མ་ཟ་ན་འདུག་  
 ཟེར་ཉེ་ཡོངས།

དེ་ནས་རྒྱང་དྲགས་དོན་གྲུབ་དཀར་པོ་ཡོང་སྟེ་ཞུས་པ། ཡབ་རྒྱལ་  
 པོ་ལེ། འདི་རིང་ཉེ་རང་ལ་ཐུགས་སྟོ་ཅི་ལ་བྱག། གསང་མ་འདོན་གསོལ་ཇ་  
 འདོན་ལེ་ཟེར་ས། ཨ་བས་འདི་རིང་བདུད་ཅུ་ཅུ་ལྷ་གསུང་བས་ད་ཅེས་ཡོད་  
 པེན་པ། མི་ཡུལ་ལི་ཨ་གུ་དཔལ་ལེ་ཟེར་མཁན་པོ་ཡོང་སྟེ། བདུད་དེ་བས་ད་  
 མོང། ངའི་སྟོག་ཐར་མོང། ཁོ་ལ་ཇན་པ་ལ་སྤྱ་གུ་གཅིག་གླིང་མགོ་མེད་ལ་མགོ་  
 ལ་བཏང་ཆད་ཡིན། བྱིང་རང་ཆ་ན། ངས་ཟ་ཅེས་ཟ་ཡིན། དེ་མེན་ན་ངས་  
 མི་ཟ་ཟེར་ས། དེ་སྤྱ་གུས་ཞུས་པ། ཨ་བ་རང་གིས་ག་ཅུ་བཏང་ནའང་ང་ཆེན།  
 གི་ས་ལ་བཏང་ནའང་། སྟོར་ས་ལ་བཏང་ནའང་ང་ཆེན། ཨ་བ་རང་གིས་འདོན་  
 ཐང་འདོན་ལེ་ཟེར་ས།



དེ་ནས་ཨ་བུ་འབྲེད་དེ་ཟེ་ཅེས་ཟེས།

No. 3.

དེ་ནས་དྲིང་མ་ཞལ་ལ་གྲུལ་པོས་བྱ་ཆ་ཚང་ཀ་ལ་ཟེར་ས་པ། འདི་རིང་  
ཁྱིད་ཚང་ཀའི་ནང་ན་སྤྱ་གྲུལ་ལོག་བཟུ་ཡིན། མདའ་དྲིང་ཅོ་གང་རེ་ཁྱར་། དི་ལྟ་  
ཚགས་ས་གང་རེ་ཁྱར། དྲླ་གྲུལ་བ་རེ་རེ་ལ་ཞོན་དེ་ཐུང་ལ་བང་བཏང་གིན་ཞིག།  
དི་ལྟ་ཚགས་ས་གང་བོ་གཡོག་གིན་སོང། གྲིན་ལ་བང་འཁྱོང་ཟ་ན། མདའ་  
རེ་རེ་ལ་དི་ལྟ་སྐར་གྲིན་ཡོང། འབྲ་འབྲ་ཆ་ཆུག། སྤྱ་ཞིག་ལ་ཉན་ནའང།  
འདིར་བོར་ཡིན། བས་མཁམན་པོ་གླིང་མགོ་མེད་ལ་མགོ་ལ་བཏང་ཡིན་ཟེར་དེ།  
མདའ་བསལ་སྤྱག་གང་རེ་དང། དི་ལྟ་ཚགས་ས་གང་རེ་བཀལ་དེ། དྲླ་གྲུལ་  
བཏང་ཆུགས། ཐུང་ལ་ཆ་ཟ་ན། དི་ལྟ་གཡོག་གིན་ཞིག་སོང། ལོག་ལས་ལ་  
དེ་བང་གི་ནང་དུ་དི་ལྟ་བསྐྱུ་འིན་ཞིག་མདའ་ལ་སྐར་རིན་ཞིག་ཡོངས་པ། ཨ་ཅོ་  
དང་བར་བ་གཉིས་ཀ་ལ་ལྷ་དྲུག་རེ་མིན་བ་སྐར་ས་ཐུབ། རྫོ་ཆུང་ཅུན་བོ་ལ་ཆང་  
ས་བསྐྱུ་ཕྱེ་མདའ་རེ་རེ་ལ་སྐར་ཆར་དེ་འབྲ་འབྲ་སོང།

ཡང་དྲིང་མ་ཞལ་ལ་ཁྱོང་ལ་ཉུང་དཀར་བྲེ་གང་རེ་བཀལ་དེ་ཟེར་ས།  
ཁྱིད་ཀྱན་ཐུང་ལ་ཆ་ཟ་ན། ཉུང་དཀར་གཡོག་གིན་ཞིག་སོང། ཁྱིན་ལ་བང་  
འཁྱོང་ཕྱེ་བང་གི་ནང་ན་ཉུང་དཀར་བསྐྱུ་འིན་ཞིག་འཁྱོང་ཕྱེ་བྲེ་སྐར་དགོས་ཟེར་ས།  
ཁྱོང་ལ་དྲ་རེ་རེ་བཏང་ཕྱེ་གྲུག་ཆུགས། ཐུང་ལ་ཆ་ཟ་ན་གཡོག་གིན་སོང། གྲིན་  
ལ་ཡོང་ཟ་ན་ཉུང་དཀར་བསྐྱུ་འིན་ཞིག་ཡོངས་པ། ཨ་ཅོ་དང་བར་བ་གཉིས་ཀ་ལ་  
ལྷ་དྲུག་རེ་མིན་བ་ས་ཐོབ། རྫོ་ཆུང་ཅུན་བོ་ལ་ཆང་ས་བསྐྱུ་ཆར་དེ་བྲེ་སྐར་ཕྱེ་ཁྱོངས།

དེ་ནས་ཨ་ཅོ་དང་བར་བ་གཉིས་ཀ་ལ་སེམས་ངན་སོང་ཕྱེ་ཟེར་ས།



ང་དང་གཉིས་ཀ་ཅི་ཡང་མ་རྒྱལ་པ་སང་། སྤྱིང་མགོ་མེད་ལ་མགོ་ལ་བདང་ཅེས་  
 མོང་། རོ་རྩུང་རྩུན་རྒྱལ་པ་སང་། འདིར་ལྷ་ཡུལ་ལ་འདུག་ཅེས་མོང་ཟེངས།  
 དེ་ནས་ཡང་ཨ་བས་ཟེངས། བྱིད་དང་བྱ་ཚ་ཚང་ཀ་རི་ལ་ཡིངས་ལ་མོང་གིག།  
 སུ་ལ་སྤྱན་དང་འབྲོང་མང་པོ་ཉན་ནའང་། སྤྱིང་ཡུལ་ལ་མི་བདང་། སུ་ལ་མ་ཉན་ན།  
 སྤྱིང་ཡུལ་ལ་བདང་ཡིན་ཟེར་དེ། ཁོང་ཡིངས་ལ་བདངས། དེ་ནས་ཁོང་ལྷང་པ་རེ་  
 རེའི་ནང་ལ་མོང་ལྟེ། ཨ་ཙོ་དང་བར་པ་གཉིས་ཀ་ལ་སྤྲག་པ་གཅིག་ཡང་མ་ཉན།  
 རོ་རྩུང་རྩུན་པོ་ལ་སྤྱན་དང་འབྲོང་མང་པོ་ཉན་དེ། ལྷང་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཡོད་ཚུག།  
 ཨ་ཙོ་གཉིས་ཀ་ལ་ཅི་ཡང་མི་ཉན་ཅེས་ཤེས་དེ་ཁོས་ཟེངས་པ། ལྷ་ཨ་ཙོ་གཉིས་ཀ།  
 སྤྱན་དང་འབྲོང་མང་པོ་ལ་ཉན་དེ་ཡོད། བྱི་ཞ་གཉིས་ཀས་ཅི་བརྩལ་འདུག།  
 འདིར་ཡོང་གིག་ཟེངས། དེ་ནས་ཁོང་གཉིས་ཀ་ཡང་དེ་རྩ་མོང་ལྟེ་བརྩས་པ།  
 སྤྱན་དང་འབྲོང་མང་པོ་བསད་དེ་ལྷང་པ་ཚང་མ་བསྐང་ལྟེ་ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་ཁོང་  
 ལ་ཐེབ་སེམས་ངན་སྤྱེ་ལྟེ་ཟེངས་པ། དག་ས་ཁོ་རྩུམ་ལྟེ། འདི་གིང་རྒྱལ་པོ་ལ་  
 བདག་ལྟེ་བོར་ཡིན་ཟེར་དེ། ཁོ་གིང་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་རྩ་བཅིང་ལྟེ་བོར་དེ། ཁོང་  
 རང་གཉིས་ཀས་ཁོ་ལ་ཉན་མཁན་ནི་སྤྱན་རེ་རེ་ཁྱར་དེ། ཁང་པ་རུ་ཡོངས། ཡབ་  
 རྒྱལ་པོས་ཡང་སྤྱ་གུ་རྩུང་རྩུན་གར་ཡོད་མ་འདྲིས།

དེ་ནས་སྤྱ་གུ་གིང་རྒྱལ་ལི་དྲིས་པའི་རྩ་འདུགས་པ། དེ་རི་མཐོན་པོ་  
 ཞིག་གི་མགོ་ནས་མི་ཡ་མཚན་ཞིག་བེང་ཅེས་མཐོངས། མའི་ལྟོད་དེ་དཀར་པོ།  
 སྤྱེད་པ་དཔར་པོ་མཆུག་མ་ནག་པོ་ཡོད་མཁན་ཞིག་གིས་ཁོ་ལ་གདས་ལན་ལ་སྤྱ་  
 འདི་ལྟར་སྤྲང་སོ།

གིང་རྒྱལ་ལི་རྩ་ལ་ཡོད་པའི་མིས་དངོས་ལ་ཉན་དང་།

གིང་རྒྱལ་ལི་དྲིས་ལ་བཅིངས་པའི་སྤྱ་གུས་བདག་ཅིག་ལ་གསན།

ཁྱོད་ནི་པ་ས་ལ་ལན་ལོག་བདང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནས།

ཁྱོད་ནི་བྱི་བས་ད་མི་བས་ད་བདང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནས།

ཁྱོད་ནི་རྒྱ་ས་མང་པོ་བཙོ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནས།

ཁྱོད་ཀྱིས་ཅི་བཙོས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ང་ལ་ཤོད་འང་།

དེ་མིས་དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ་སང་། ལྷ་གྲུ་ལ་སྤོ་ཡོང་སྟེ། དེ་མི་ལ་ལན་དུ་བྱུ་བདང་ས།

ཁྱོད་སྟོད་དཀར་པོ་ཡོད་པའི་མིས་ངའི་དངོས་ལ་ཉོན་།

སྟེད་པ་དམར་པོ་ཡོད་པའི་མིས་ལྷ་གྲུ་ངའི་བདག་ལ་གསུན་།

ཤས་ནག་པོ་ཡོད་མཁན་གྱིས་ངའི་དངོས་ལ་ཉོན་དང་།

ཁྱོད་ཁྱ་སྟུག་ཡོད་པའི་མིས་ངའི་དོན་དག་ཅི་དགོས་།

ང་པ་ས་ལ་ལན་ལོག་བདང་མཁན་ཞིག་རང་ཡིན་ལོ།

ངས་བྱི་བས་ད་མི་བས་ད་བདང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།

ངས་རྒྱ་ས་རྒྱས་མཁན་ཞིག་ཡང་ཡིན་ལོ།

ཁྱོད་དིས་ང་ལ་སྤོ་བ་ཅིག་ལྟོས་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་དེ། ཤིང་རྒྱལ་དེ་པ་དྲག་ནས་སྤང་དེ་ཁྱར་དེ། ཁང་པ་  
ལ་ཁྱོང་སྟེ། དེ་ཤིང་རྒྱལ་པོ་ཁང་པའི་སྒོ་ལ་ཁྱོང་ས་སྟེ། ངའི་པ་ས་གཉིས་ཀ་  
ལ་བསིལ་ཞིག་ལྡན་ཤིག་ཟེར་དེ། དེ་རྩ་ཁྲིས་བཙུགས་།

དེ་ནས་ཡང་ཞག་ཅིག་ཁོང་ཡང་ལྷང་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཡིངས་ལ་  
བདངས་པ། ཨ་ཙོ་དང་བར་པ་ལ་ཡང་ཅི་ཡང་ས་ཉན་པས། རོ་དེ་ལ་སྦྱིན་  
ཤ་བ་སྒྲ་སོགས་མང་པོ་ཉན་སོང་། ཡང་དེ་ལོས་ཟེར་ས། ལྷ་ཨ་ཙོ་གཉིས་ཀ།  
ང་ལ་མང་པོ་ཉན་དེ་ཡོད། ཁྱོད་གཉིས་ཀ་ཡང་འདིར་ཡོད་ཤིག་ཟེར་ས་པ།



དེ་ནས་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་ཡང་ངེ་ཅུ་སོད་མྱེ་བ་ལྷན་པ་སང་། སྒྲིན་དང་ག་བ་འབྲེང་  
 མང་པོ་བསད་དེ་ཡོད་ཚུག་པས། ཁོང་ལ་ཐེབ་སེམས་ངན་སྦྱིས། ཁོང་གིས་  
 ཟེར་ས། འདི་རིང་ཡང་ཁོ་རྒྱལ་སོང་། ད་ཅི་བཅོད་གོས། ཁོ་ནི་པ་མ་འི་རྩར་  
 འདུག་ཅེས་སོང་། ང་ཉང་གང་པོ་བཅོད་ནའང་ཁྱིང་ཡུལ་ལ་བཅོད་ཅེས་སོང་།  
 ཁོ་ལ་ཅི་བཅོད་ཡིན། ཨ་མ་གཅིག་ལ་སྦྱིས་མཁན་ཡིན། བསད་ཅེས་པ་སང་  
 ས་ཁྲུང་ཞིག་གི་ནང་དུ་བཅོད་ཡིན་ཟེར་དེ། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ས་ཞིག་བྱ་སྡེ་ས་  
 མདོང་ཞིག་བཅོསྡེ། ཁོ་དེའི་ནང་དུ་བཅོད་སྡེ། ཁ་ལ་དོ་བ་ཆེན་མོ་ཞིག་བྱོང་སྡེ་  
 བཅོད་པོར་ས། ཁོང་རང་གཉིས་ཀྱིས་ག་ལ་དེ་ཁྲུང་ནས་ཁང་པ་ལ་ཡོང་ས། དེ་ས་  
 དོང་གི་ཁ་ནས་བེ་གང་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ལུས་དེ་ཡོད་ཚུག་། དེ་བེ་གང་པོའི་སྐད་ན་  
 ལ་ལུངས་པ་ཞིག་བསྐྱེབ་སོང་། དེ་ལུངས་པ་ལ་དེ་བེ་གང་པོའི་ནང་ན་མིའི་བྱི་  
 མ་ཞིག་ཆོར་དེ་སྦྱུངས་པ། བེ་གང་ནང་ནས་ས་འབྲུད་དེ་བྱུ་གུ་དེའི་མགོའི་ཁ་  
 པོག་། དེ་རྒྱག་ཆོར་དེ་ཁོས་ཐུ་འདི་ལྟར་སྦྱངས་།།

འདི་དོང་གི་ནང་དུ་ས་བཅོད་མཁན་དེ་སྦྱ་ཞིག་རང་ཡིན་ལོ།  
 ངའི་བཅོན་ཁང་ནང་དུ་ས་འཕང་མཁན་དེ་སྦྱ་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
 ང་ནིག་ངའི་ཨ་ཙོ་གཉིས་ཀྱིས་བཀག་སྡེ་རིག་ཡོད་ལོ།  
 ངའི་ཨ་ཙོ་གཉིས་ཀྱིས་བཅོན་ལ་བཅོད་སྡེ་རིག་ཡོད་ལོ།  
 ང་མ་ཤེས་ན་ལྷ་འི་དབང་པོ་རྒྱབ་ཞིན་གྱི་བྱ་ཞིག་རང་ཡིན་ལོ།  
 ང་མ་ཤེས་ན་བྱ་དོན་གུབ་དཀར་པོ་ཞིག་རང་ཡིན་ལོ།  
 དེའི་ཁ་ཡོད་མཁན་པོ་ལྷ་ཞིག་ཡིན་ན་འདྲི་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
 བྱི་ཞ་སྦྱ་ཞིག་རང་ཡིན་ནའང་། རང་གི་གནས་ལ་སོང་གིག།



ཁོས་ས་དོང་གི་ནང་ན་དེ་རྒྱལ་ཅིག་ཟེངས་པ།

ལྷངས་པས་ཡང་བྱ་འདི་ལྟར་སྤངས།

དོང་གི་མཐིལ་ན་ཡོད་པའི་སི་རྩང་གིས་དངོས་ལ་ཉེན་དང་།

སའི་ནང་ཡོད་པའི་ལྷ་ཕྱུག་གིས་འང་བདག་ལ་གསན་དང་།

ཉེ་རང་སའི་ནང་དུ་ཅི་ལ་བདངས་སོ།

ཉེ་རང་པ་མ་ལ་ལན་ཡོག་བདང་སའམ་ཞིག་ཡིན་ནས།

ཉེ་རང་བྱི་བས་ད་སི་བས་ད་བདང་སའམ་ཞིག་ཡིན་ནས།

ཉེ་རང་ངས་མིང་ན་མིང་ཐབས་ཤིག་རང་མེད་ལོ།

ངའི་ངོ་མ་ལ་འཐམས་ན་ཟག་ཟག་རིག་ཡོད་ལོ།

དེ་བོ་ཚོག་པོ་རིག་ས་ཚར་ན་དེ་ངོ་མ་ལ་འཐོམས་ལོ།

ངས་ནི་ཙམ་བྱ་བ་བྱེད་ལ་འཐོམ་ཡིན།

དེ་ལྟངས་པས་དེ་རྒྱལ་ཟེང་དེ་ངོ་མ་དེ་བོ་གང་པོའི་ནང་ནས་བྱར་ལ་  
བདངས་པས། ཕྱ་གུས་དེ་ངོ་མ་ལ་འཐམས་དེ་བྱེད་ལ་ཡོངས། དེ་བོ་གང་པོ་  
རྩང་བྱེད་ཡོད་པས། ཕྱ་གུ་དེའི་ཤ་དང་སྐྱགས་པ་ཚང་མ་དོ་བས་ཤུ་ཕྱེ་འབྱར་  
དེ་རྩས་པ་མེན་ནི་ས་ལུས། དེ་ནས་ཁོ་རང་མི་ལྷ་ལ་བིང་ཕྱེ་ཤ་ཚང་མ་ལ་བྱ་བྱ་  
ཟེར་པ། ཤ་དང་སྐྱགས་པ་མལ་ལ་སོང་། ཤ་དེ་ཚང་མ་པོ་ལ་ད་ལ་གྱར་སོང་།  
དེ་དོ་བ་གཉིས་ཀ་སྐོའི་ཁ་འཁྱར་དེ་བྱོང་ཕྱེ་ཁང་པའི་སདུན་ལ་འབྱར་དེ། ཤིང་  
རྒྱལ་ལི་ཡོག་ལ་བོར་དེ་ཁོས་སྒྲོན་ལས་ཞིག་བདབས། ཡ་དཀོན་མཆོག་སྐྱོན་  
སྐྱོན། འདི་དོ་བ་དེ་ཡབ་རྒྱལ་པོ་དང་ཡུས་རྒྱལ་མོ་གཉིས་ཀ་ལ་ཁྱ་བེན་ནི་  
ལྷངས་བྱ་ལྟར་ཅིག། དོ་བའི་འོག་ན་བདུད་ཅིའི་རྩ་སིག་བིང་ཤིག། མཐའ་

མ་རྒྱན་ཏེ་ཨམ་བི་ཏི་ཕུ་ལུ་དང་འབྲས་བུ་སང་པོ་སྤྲིན་གྱི་གཟེར་ཏེ། རོ་བ་དེ་ཅ་  
 བོར་ས། དེ་ནས་རྒྱ་མིག་དང་གིང་འབྲས་བུ་སྤྲིན་མི་སྤྲིན་ཚང་སྤྲིན་སོང་། ཁོ་ནང་  
 ལ་སོང་སྟེ་ཡབ་རྒྱལ་པོའི་པང་ངེ་ཁ་བསྟེ་སྟེ་དུ་ཡུ་ཟེར་ས་པས། ཡབ་རྒྱལ་པོས།  
 འདི་རིང་ངལ་ལ་ལཱ་བྱ་ཆ་ཟེར་ས། བྱ་ཆ་ས་འདི་རིང་སང་པོ་ངལ་སོང་ལེ་ཟེ་  
 རས།།

## No. 4.

དེ་ནས་དཔལ་ལེ་ཚོད་པོས་ཞག་བདུན་ལ་ལན་བསྐྱབ་ཅེས་ཡིན་བ།  
 ལན་ཅི་ཡང་མ་བསྐྱབ་བསམ། དེ་རིའི་ཁ་བསྐྱབ་སྟེ་མིན་བ། དཔལ་ལེ་ཚོད་  
 པོ་ལ་ཡང་ཡིད་དུ་ཡོང་བ་མེད་ཚུག། དེ་ནས་ཁོས་ཡིད་དུ་ཡོང་ཅེས་སི་ཤི་ལ།  
 ར་མ་དཀར་མོ་ཞིག་གི་སྤྲིན་མཚོག་ལ་ཅ་རག་ཅིག་བདག་སྟེ་བྱོངས། ར་མ་སག་  
 འབྲིད་དེ་ཁང་པ་ལ་བྱོངས། དེ་ནས་དཔལ་ལེའི་ཨ་ནེ་དེ་ར་མའི་འོ་མ་བཙུང་  
 ཅེས་ལ་སོང་སྟེ། ར་མ་དཀར་མོའི་སྤྲིན་མཚོག་གི་ཅ་རག་དེ་ར་མའི་འབྲས་པ་  
 ལ་པོག་བ་སང། དུང་གི་པ་རི་བཅག་སྟེ་འོ་མ་ཚང་མ་པོས་བདངས། དེ་ནས་  
 ཁོ་ལ་སྟོ་ཡོང་སྟེ་ཀུ་ཅོ་ཆེན་པོ་བདང་གིན་ཞིག་ཡོངས་བ། དཔལ་ལེ་ཚོད་པོ་ལ་  
 ཡིད་དུ་ཡོང་སྟེ། ཐོ་རེ་ལྷ་མོ་ཚུག་པོ་ལ་སྟེང་རྩ་ཡུལ་ལ་སོང་། ཁོས་ལུང་མཁན་  
 ཞིག་བཙོ་སྟེ་སོང་བ། རི་མ་པ་བཞིན་དུ་སྟེང་རྩ་ཡུལ་ལ་བསྐྱབ། དེ་ནས་རྩའི་  
 དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་ཉི་མ་ཞིག་ལ་འདུག་སྟེ་ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་དཔལ་ལེ་ཚོད་པོས་  
 ལྷ་ཞིག་འདི་ལྟར་སྤྲངས།

ལྷ་འདི་དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་ཉིད་ལ་ཞུགས་པོ།

ཀྱང་ཀྱན་ཀྱང་ཀྱན་ཕུག་གསུམ་རིག་ཕུལ་ཡིན།

ཀྱུ་མ་སྐྱ་ཉེ་ཞུ་ཕུལ་རིག་ཡང་ཕུལ་ཡིན།  
 ཁ་བདག་དཀར་པོ་ཞིག་མཇལ་དར་ལ་ཕུལ་ཡིན།  
 ང་ལ་དྲ་ཞིག་བཅོང་ཅེས་མི་འདུག་ག་ཡི།  
 དཔལ་ལེ་ཚོད་པོས་དེ་རྒྱག་ཞུས་པ།  
 ལྷའི་དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་གྱིས་ལན་ལ་མྱ་འདི་ལྟར།  
 དྲ་ཞིག་འདིར་བཅོང་ཅེས་མེད་དཔལ་ལེ་ཡི།  
 དྲ་ཞིག་འདིར་བཅོང་ཅེས་མེད་ཚོད་པོ་ཡི།  
 གསེར་ཉ་ཞིག་ཉིད་ལ་ལམ་བཅུགས་ལ་བདང་ཡིན།  
 དེ་རྒྱག་ཟེར་དེ། གསེར་ཉ་ཞིག་ལམ་བཅུགས་ལ་བདངས། དེ་ནས་  
 གསེར་ཉ་དེ་ཁྱེད་ནས་དཔལ་ལེ་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་ཉེ། འོག་ཁྱ་ཕུལ་ལ་སོང་། དེ་ཅ་  
 ཁྱ་རྒྱལ་ལྗོགས་པོ་མཐོང་ཉེ་མྱ་འདི་ལྟར་སྤངས།  
 ཁྱའི་ཁྱ་རྒྱལ་ལྗོག་པོ་དེ་ཞུག་ཉིད་ལ་ཞུགས་ཡི།  
 ཀྱེད་ཀྱིན་ཀྱེད་ཀྱིན་ཕྱག་གསུམ་རིག་ཕུལ་ཡིན།  
 ཀྱུ་མ་སྐྱ་ཉེ་ཞུ་བ་གསུམ་ཕུལ་ཡིན།  
 ཁ་བདག་དཀར་པོ་ཞིག་མཇལ་དར་ལ་ཕུལ་ཡིན།  
 ང་ལ་དྲ་ཞིག་བཅོང་ཅེས་མེད་དྲ་རྒྱལ་ལྗོག་པོ་ཡི།  
 དེ་རྒྱག་ཞུ་བ་ཕུལ་བ་སང་། ཁྱ་རྒྱལ་ལྗོག་པོས་ལན་དུ་མྱ་འདི་ལྟར་སྤངས།  
 དྲ་ཞིག་བཅོང་ཅེས་ང་ལ་མེད་དཔལ་ལེ་ལྟ།  
 དྲ་ཞིག་བཅོང་རྒྱ་ང་ལ་མེད་ཚོད་པོ་ལྟ།  
 གཡུའི་གཡུ་ཉ་ཞིག་བྱེད་ལ་ལམ་བཅུགས་ལ་བདང་ཡིན།



དེ་རྒྱལ་ཟེར་དེ་གཡུ་ཉ་ཞིག་བཏངས་པ་སང་། དཔལ་ལེས་དེ་ཁྱད་དེ་  
 སྤྱིར་ལོག་ཡོང་ཕྱི་བར་བཅན་ཡུལ་ལ་སོང་། དེ་ཅུ་བསྐྱེབ་ཕྱི་ཨ་མ་སྐྱབས་བདུན་  
 མ་ལ་ཞུས། ལྷ་འདི་ལྟར་།

ཨ་མ་སྐྱབས་བདུན་མ་ཞུས་ཉིད་ལ་ཞུགས་ལོ།

ཀྱེད་ཀྱིན་ཀྱེད་ཀྱིན་སྤྱག་གསུམ་རིག་ཕུལ་ཡིན།

ཀྱི་མ་སྐྱེ་ཕྱི་བཞིག་སྤྱལ་ཡིན།

ཁ་བཏག་དཀར་པོ་འི་མཐལ་དར་ཞིག་སྤྱལ་ཡིན།

ང་ལ་དྲ་ཞིག་བཅོང་ཅེས་རིག་མེད་ད།

ཁོས་དེ་རྒྱལ་ཞུས་པ་སང་། ཨ་མ་སྐྱབས་བདུན་གྱིས་ལན་ལ་ལྷ་འདི་ལྟར་སྤངས།

ཀྱེད་ལ་དྲ་ཞིག་དགོས་ན་བཅོང་ཅེས་ཡོད་དཔལ་ལེ་ལྷ།

དྲ་ཞིག་ཉིན་བཅོང་ཅེས་གིག་ཡོད་ཆོད་པོ་ལྷ།

དའི་སྤྱ་ཉལ་དེ་ལ་རིན་ཞོ་གངས་དེ་ཟེར་ཅོན།

ཨ་མ་སྐྱབས་བདུན་མས་དེ་རྒྱལ་ཟེར་པ་སང་། དཔལ་ལེས་ལན་དུ་ལྷ་འདི་  
 ལྟར་སྤངས་།

ཨ་མ་སྐྱབས་བདུན་མས་ངའི་དངོས་ལ་ཉིན་དང་།

ལོ་གསུམ་གླིང་པའི་ར་ཇི་རིག་བཅོས་པིན།

ར་གཅིག་ལ་པེལ་དེ་ར་བརྒྱ་རིག་སོང་ལོ།

གཅིག་ཅིག་གིས་མེན་ནི་སྤྱོད་ཁ་རིག་ཡོད་ལོ།

དེ་ཀྱན་དའི་དྲ་རིན་ལ་སྤྱལ་ཡིན་ལོ།

སྤྱི་རིག་པོན་པོན་གྱི་དྲ་རིན་ལ་སྤྱལ་ཡིན།

ལོ་གསུམ་གླིང་པའི་ལུག་ཇི་རིག་བཅོས་པེན།

ལུག་གཅིག་ལ་ཤེལ་དེ་ལུག་བརྒྱ་རིག་སོང་ལོ།

གཅིག་གིས་མེན་ནི་སྟོང་ཁ་རིག་ཡོད་ལོ།

དེ་ཀུན་དེའི་དྲ་རིན་ལ་ཕྱལ་ཡིན་ལོ།

སྟོ་རིག་པོན་པོན་གྱི་དྲ་རིན་ལ་ཕྱལ་ཡིན།

ལོ་གསུམ་གླིང་པའི་དྲ་ཇི་རིག་བཅོས་པེན།

དྲ་གཅིག་ལ་ཤེལ་དེ་དྲ་བརྒྱ་རིག་སོང་ལོ།

གཅིག་གིས་མེན་ནི་སྟོང་ཁ་རིག་ཡོད་ལོ།

དེ་ཀུན་དེའི་དྲ་རིན་ལ་ཕྱལ་ཡིན།

སྟོ་རིག་པོན་པོན་གྱི་དྲ་རིན་ལ་ཕྱལ་ཡིན་ལོ།

ལོ་གསུམ་གླིང་པའི་གཡག་ཇི་རིག་བཅོས་པེན།

གཡག་གཅིག་ལ་ཤེལ་དེ་གཡག་བརྒྱ་རིག་སོང་ལོ།

གཅིག་གིས་མེན་ནི་སྟོང་ཁ་རིག་སོང་ལོ།

དེ་ཀུན་དེའི་དྲ་རིན་ལ་ཕྱལ་ཡིན་ལོ།

སྟོ་རིག་པོན་པོན་གྱི་དྲ་རིན་ལ་ཕྱལ་ཡིན།

ལོ་གསུམ་གླིང་པའི་བ་ཇི་རིག་བཅོས་པེན།

བ་གཅིག་ལ་ཤེལ་དེ་བ་བརྒྱ་རིག་སོང་ལོ།

གཅིག་གིས་མེན་ནི་སྟོང་ཁ་རིག་ཡོད་ལོ།

དེ་ཀུན་དེའི་དྲ་རིན་ལ་ཕྱལ་ཡིན་ལོ།

སྟོ་རིག་པོན་པོན་གྱི་དྲ་རིན་ལ་ཕྱལ་ཡིན།

དེ་ཚང་མ་སང་རིན་མ་འཁོར་ཟེར་ན།  
 དེའུ་ཞོ་གངས་ཅས་ཟེར་ནའང་ཤུལ་ཡིན་ལོ།  
 ཏ་ཐོ་རོག་པོན་པོན་དེ་ང་ལ་སྦྱལ་བ་དགོས་སྟག་ལོ།

ཨ་ག་དཔལ་ལེས་དེ་རྒྱག་ཟེར་ས་པ་སང། ཨ་མ་སྦྱབས་བདུན་མས་  
 ཏ་དེ་བཏངས། དེ་ནས་དཔལ་ལེ་དེ་ཏིའི་ཁ་ཞོན་ཏི། རལ་གྱི་ཆག་པོ་ཞིག་ཁྱར་  
 ཏིཁང་པ་ལ་མ་ཡོང་བ། སྟེང་ལྷ་ཡུལ་ལ་སོང། དེ་ཅུ་ཁོ་སྟེང་ལྷ་ཡུལ་ལ་  
 བསྐྱེབ་ཟེན། བྱ་དོན་གྲུབ། དོན་ལྡན། དོན་ཡོད་གསུམ་གྱི་སྤིང་མོ་དེ།  
 པོ་བྲང་གི་ཁ་ཐོག་ལ་ཡོད་ཅེས་མཐོང་སྟེ། དཔལ་ལེས་སྒྲུ་འདི་ལྟར་སྒྲུངས།

དེའི་ཁ་ཐོག་ལ་ཡོད་པའི་ཚོ་ཚོས་དངོས་ལ་ཉན་ལོ།  
 ཁ་ཐོག་གི་རྒྱར་ལ་ཡོད་པའི་ལྷ་མོས་བདག་ལ་གསན།  
 ལྷའི་དབང་པོའི་པོ་བྲང་ག་ཅུ་ཡོད་ལོ།  
 དབང་པོ་རྒྱབ་ཞིན་གྱི་པོ་བྲང་ག་ཅུ་ཡོད།

དཔལ་ལེ་ཁོད་པོས་དེ་རྒྱག་འདྲིས་པ་སང། བྱ་མོས་ལན་ལ་སྒྲུ་འདི་ལྟར་སྒྲུངས་སོ།

ལྷ་ཡུལ་ལ་འདྲི་སྒྲན་པེང་མཁན་ཞིག་ཁྱོད་ག་ནས་ཡོངས།  
 ལྷའི་དབང་པོ་རྒྱབ་ཞིན་དང་ཁྱོད་ལ་ཅི་བཅོལ་ན།  
 ལྷའི་དབང་པོའི་ཁང་པ་དང་ཁྱོད་ལ་ཅི་བཅོལ་ན།  
 གྱིན་ལ་ཆ་ན་ཁྱོད་རང་གྱིན་ལ་སོང་དང།  
 བྱར་ལ་ཆ་ན་བྱར་ལ་སོང་ལོ།  
 ཁྱོད་རང་གི་བྱ་ལོན་ང་ལ་མེད་ལོ།



བྱ་མོས་དེ་རྒྱག་ཅིག་ཟེངས་པ་སང་། དཔལ་ལེ་ཤོད་པོ་ལ་སྟེ་ཆེན་པོ་  
ཡོང་ཕྱི་སྒྲུ་འདི་ལྟར་བཤངས།

ལྷ་ཨ་མའི་བྱ་མོ་དངོས་ཤིག་ལ་ཉོན་དང་།

ལྷ་ཆོ་ཆོ་བྱོད་དེས་ངའི་བདག་ལ་གསན་དང་།

དྭ་ས་ཤེས་ན་སྟེ་རོག་པོན་པོན་ཡིན་ལོ།

མི་མ་ཤེས་ན་དཔལ་ལེ་ཤོད་པོ་རིག་ཡིན་ལོ།

གྱི་མ་ཤེས་ན་དེ་ཆོད་མ་རལ་གྱི་རིག་ཡིན་ལོ།

དེ་གྱི་ནི་ཆོན་ཆན་ཞིག་མེན་ལོ།

ལོ་གསུམ་གངས་ཀྱི་ཡོག་ལ་བོར་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།

གངས་ཀྱི་གངས་ངར་པོག་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།

ལོ་གསུམ་རྒྱའི་མཐིལ་ལ་བོར་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།

རྒྱའི་རྒྱ་ངར་པོག་མཁན་ཞིག་རང་ཡིན་ལོ།

ལོ་གསུམ་སའི་མཐིལ་ལ་བོར་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།

སའི་ས་ངར་པོག་མཁན་ཞིག་རང་ཡིན་ལོ།

བྱོད་ཀྱིས་ལྷ་འི་དབང་པོའི་པོ་བྱང་བལྟན་ན་གྱུལ་ལོ།

གལ་དེ་བྱོད་ཀྱིས་མི་བལྟན་རིག་ཟེང་ན།

ཁྲོག་ཕྱོད་བཅད་དེ་ནས་ལ་ཕང་ཡིན་ལོ།

ཁྲོག་སྒྲན་བཅད་དེ་སའི་མཐིལ་ལ་བཤང་ཡིན་ལོ།

དཔལ་ལེ་ཤོད་པོས་དེ་རྒྱག་ཟེངས་པ་སང་། བྱ་མོ་དེ་འཛིགས་དེ།

ཁ་ཐོག་ནས་བབ་ཕྱི་ནང་ལ་སོང་བ། ལྷ་འི་དབང་པོ་གྱུ་བ་ཞིན་གྱིས་བྱ་མོ་ལ་

འདྲིས་པ། བླ་བུ་མོ། འོྲོད་ཀྱིས་སྤྱུ་ལ་གདམ་ཞིག་ཟེར་ས། ཟེར་ས་པ།  
 བླ་བུ་མོ། ཨ་བུ་ལེ། ང་དང་གི་མཁར་ཙ་ལ་དྲོལ་མཁན་ནི་མི་ཞིག་ཡོང་ཉེ།  
 ལྷ་འི་དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་གྱི་ཁང་པ་གར་ཡོད་ཟེར་རམ། ངས་འོྲོད་ལ་ཁང་པ་དང་  
 ཅི་བཅོམ་ཡིན་ཟེར་ས་པ། ཁོ་ལ་སྤོ་ཡོང་ཉེ་བས་ད་བདང་ཡིན་ཟེར་རམ། ང་འཇིགས་  
 ཏི་ནང་ལ་ཡོངས་པ་ཡིན་ཟེར་ས་པ། ལྷ་འི་དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་གྱིས་བླ་མོ་ལ་ཁ་  
 གྲུ་ཉེ་ཟེར་ས། སྤྱིང་གི་དབང་པོ་ཡིན་པ་དེ་ཚོ་དེ་རམ། འོྲོད་ཀྱིས་ཁོ་ལ་ལན་ཅི་  
 ལ་ཟེར་ས་ཟེར་དེ། ལྷ་འི་དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་སྒོ་ལ་བེང་ཉེ་ཡོངས། དེ་ནས་ཁོང་  
 གཉིས་ཀྱིས་ལག་འཕྲད་དེ་བདང་ཉེ་ན། མཁར་ནང་དུ་ཡོངས། དེ་ཅུ་དཔལ་ལེ་  
 མོད་པོས་ཞུས་པ། ཏི་རང་གིས་ཞལ་རྒྱན་མང་པོ་བདངས་ཞུས་པ། ལྷ་འི་  
 དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་གྱིས་ཟེར་ས་པ། མི་ལྟོ། སྤྱིང་གི་དབང་པོ་ལེ། ངའི་ཕྱ་གྲུ་  
 གཅིག་ག་རྒྱག་གིས་ཡང་བདང་ཅེས་ཡིན། དེ་རྒྱག་ཟེར་དེ་ཞག་བདུན་ལ་བྱ་དོན་  
 གྲུབ་བདང་ཅེས་བཅོལ་ཉེ། དཔལ་ལེ་མོད་པོ་ཕྱིར་ཡོག་ཡོངས། ॥

No. 5.

དེ་ནས་ཞག་གསུམ་སོང་བ་དང་། བྱ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཟེར་ས་པ།  
 ཨ་བུ་ལེ། ང་སྤོན་ལ་སྤྱིང་ཡུལ་ལ་ལྷ་སྒོར་ལ་ཆ་ཡིན་ཟེར་དེ། བྱ་བདེ་མོ་ཞིག་  
 ལ་རྒྱ་ཉེ་སོང་ཉེ། སྤོན་ལ་རང་ཁྱིའི་མགོ་ཁྱུ་བྱང་གི་ཁང་པ་དེ་རྒྱར་ལ་བབ་ཉེ་  
 འདུགས་པ། ཁྱིའི་མགོ་ཁྱུ་བྱང་ལ་བྱ་དེ་བདེ་མོ་མཐོང་ཉེ། རང་གི་ཨ་ནི་ལ་  
 ཟེར་ས། སྤྱིང་འདི་ལྟར་སྤངས།

དེ་རིང་ང་དང་གི་ཁ་ཐོག་ལ་བྱ་དོན་གསུམ་ཅན་ཞིག་འདུག་ལོ།  
 དེ་བྱ་ནི་བདུན་བྱ་ཞིག་ཡིན་ཚོད་འདུག་ལོ།

ཇོ་ཇོ་རང་ལང་ཕྱེ་ཐབ་ལ་མེ་ཞིག་ཕུས་ལོ།

མེ་ཞིག་ཕུ་ཕྱེ་དེ་ཕྱོག་ཅིག་གོ་ལ་ལོ།

དེ་རིང་དང་གིས་བྱ་ལ་ཞིག་ཟེན་ལོ།

མདའ་ཁང་ལ་སོང་ཕྱེ་མདའ་ཞིག་ཡང་ཁྱོད་ལོ།

གཞུ་ཁང་ལ་སོང་ཕྱེ་གཞུ་མོ་དེ་ཡང་ཁྱོད་ལོ།

འདི་རིང་བྱའི་བྱ་སྤྲུགས་ཤིག་རང་བཙོ་ཡིན།

ཁྱའི་མགོ་བྱ་བྱང་གིས་དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ་སང། གཞིན་མད་དེ་ལང་

ཕྱེ་མེ་ཕུས། དེ་ཕྱོག་བཀའ་ཏེ། མདའ་ཁང་ནས་མདའ་ཁྱོད་ས། གཞུ་ཁང་

ནས་གཞུ་ཁྱོད་ཕྱེ། བྱ་བྱང་གི་ལག་ལ་བཏང་ས་པ་སང། བྱ་དེས་བྱ་རྒྱལ་ཅིག་

བཏང་ཕྱེ་ན། ཕུར་སོང། དེ་ནས་སྤྱིང་གི་དབང་བོ་ཚང་མའི་ཁ་ཐོག་ལ་བབས་

པ་སང། དབང་བོ་ཚང་མ་འཐད་དེ་རྩ་ཡུལ་ལི་བྱ་ཞིག་ཡིན་ཚད་འདུག་ཟེར་ཏེ།

དཔལ་ལེ་ཚོད་པོས་རང་གི་གཞིན་མད་པོ་ལ་ཁྱུ་འདི་ཕྱར་སྤངས།

ངའི་ཇོ་ཇོས་འང་ངའི་དངོས་ལ་ཉྑེན་དང་ལོ།

འདི་རིང་དང་གི་ཁ་ཐོག་ལ་བྱ་ཞིག་འདུག་ལོ།

རྩ་ཡུལ་ལི་རྩ་བ་བྱ་ཞིག་ཡིན་ཚད་རིག་འདུག་ལོ།

ཁྱའི་ཁྱུ་བྱ་རིག་ཡིན་ཚད་རིག་འདུག་ལོ།

ཇོ་ཇོ་ཉེ་རང་བཞུངས་ཏེ་བློ་དོན་ཞིག་ཅོས་ལོ།

ཇོ་ཇོ་ཉེ་རང་བཞུངས་ཏེ་པོག་དོན་ཞིག་ཏོང་ལོ།

སྤྲུལ་མགོ་མ་ཆབ་རྒྱན་ལ་མཐོང་གུ་ཀ་ལྗེར་ཞིག་རེན་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ཏེ་པོག་ཀ་ལྗེར་ཁྱུ་ཏེ་ཁ་ཐོག་ལ་སོང་བ་དང་། བྱ་དེ་ཕུར་



དེ་མེད་ལྷ་ཡུལ་ལ་སོང་། དེ་ནས་མེད་ལྷ་ཡུལ་ལ་བསྐྱེད་མེད། ཡ་བས་བྱ་ཚ་ལ་  
འདྲིས་པ། བྱ་བྱ་ཚ། སྒྲིང་ཡུལ་ལི་མི་ཚང་མ་དང་ཡུལ་ཚང་མ་ག་རྒྱལ་རིག་  
འདུག་ཟེར་ས་པ་སང་། བྱ་དོན་གྱུ་བ་ཀྲིས་ཨ་བུ་ལ་ཞུས་པ། ཁྲའི་མགོ་བྱ་བྱང་  
ཟེར་མཁན་པོ་མི་རྩོག་པོ་རིག་ཡོད་ཚོད་འདུག། དེ་མེད་ནི་ཚང་མ་གྱུ་ལ་ལོད་  
ཅིས་འདུག་ལེ་ཟེར་ས།

No. 6.

དེ་ནས་ཨ་བུ་དང་ཨ་མ་ཨ་ཚེ་ནི་སྒྲིང་མོ་ཚང་མ་ནང་མིག་གཅིག་གི  
ནང་དུ་འཛོམས་མེད་འདུག་ས། དེ་ཅུ་ཨ་མས་བྱ་དོན་གྱུ་བ་ལ་བྱ་འིན་ཞིག་ཟེར་ས།  
བྱ་དོན་གྱུ་བ་དང་འདྲ་བའི་བྱ་ཞིག་སྤྲུལ་ཡང་མི་འདུག། དོན་གྱུ་བ་དཀར་བོ་དང་  
འདྲ་བའི་མི་ཞིག་སྤྲུལ་ཡང་མི་འདུག། བྱ་དོན་གྱུ་བ་ཁྲི་རང་མི་ཡུལ་ལ་ཆ་དགོས།  
དམག་གི་དམག་རིས་ཡིན་ན། ངས་ནོར་བུ་དང་ཡིན་བ། བྱ་ཡོན་ཞིག་ཡོད་ན།  
ངས་ཤལ་ཡིན་བ། ཨ་བའི་ཁ་ཆད་པོ་སྒྲོག་པ་མི་ཉན། སྒྲོན་ལ་ཟེར་མཁན་གྱི  
དཔེ་ར་ལ་བཙོག་བས་མི་ཡོང་། ཨ་མས་དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ་སང་། བྱ་དོན་གྱུ་བ་  
ཀྲིས་ཨ་བུ་ལ་ཞུས་པས། སྤྱུ་འདི་རྩར་སྤངས།

ངའི་ཨ་བས་འང་བྱ་ཚ་ངའི་དངོས་ལ་ཉན་ལོ།

དབང་པོ་གྱུ་བ་ཞིན་གྱིས་དོན་གྱུ་བ་ཀྲི་བདག་ལ་གསུམ།

ང་ལ་ས་སྐལ་མེད་པ་མི་ཡུལ་ལ་ག་རྒྱལ་གིས་ཆ་ཡིན།

ང་ལ་མཁར་སྐལ་མེད་པ་མི་ཡུལ་ལ་ག་རྒྱལ་གིས་ཆ་ཡིན།

ང་ལ་ད་སྐལ་མེད་པ་མི་ཡུལ་ལ་ག་རྒྱལ་གིས་ཆ་ཡིན།

ང་ལ་ཨ་ཚེ་ཞིག་མེད་པ་མི་ཡུལ་ལ་ག་རྒྱལ་གིས་ཆ་ཡིན།

ང་ལ་མདའ་གཞུ་ལག་ཆ་མེད་པ་མི་ཡུལ་ལ་ག་རྒྱག་གིས་ཆ་ཡིན།

ང་ལ་རངས་བྱ་མེད་པ་མི་ཡུལ་ལ་ག་རྒྱག་གིས་ཆ་ཡིན།

ང་ལ་ར་སྐལ་ཞིག་མེད་པ་མི་ཡུལ་ལ་ག་རྒྱག་གིས་ཆ་ཡིན།

ང་ལ་མོ་བྱང་མེད་པ་མི་ཡུལ་ལ་ག་རྒྱག་གིས་ཆ་ཡིན།

ང་ལ་སྤང་བའི་ལྷ་ཞིག་མེད་པ་མི་ཡུལ་ལ་ག་རྒྱག་གིས་ཆ་ཡིན།

ང་ལ་མ་ལྷ་ཞིག་མེད་པ་མི་ཡུལ་ལ་ག་རྒྱག་གིས་ཆ་ཡིན།

ང་ལ་གྲོགས་སྐལ་ཞིག་མེད་པ་མི་ཡུལ་ལ་ག་རྒྱག་གིས་ཆ་ཡིན།

དེ་རྒྱག་ཟེངས་པ་སང་། ཨ་བས་ལན་དུ་བྱུང་དི་ལྟར་སྤངས།

བྱ་དོན་གྲུབ་གླིང་ཡུལ་ལ་འགྲོ་དགོས་བྱུང་།

ཁྱིད་ལ་མ་སྐལ་གོག་བཟང་ལྷ་མོ་ཡིན་ལོ།

ཁྱིད་ལ་མཁར་སྐལ་གླིང་མཁར་ཅི་དགྲ་ཡིན།

ཁྱིད་ལ་ད་སྐལ་ལ་རྒྱང་བྱུང་དཔྱིར་པ་ཡིན།

ཁྱིད་ལ་ཨ་ཅི་དེ་གསེར་སྤལ་གསེར་པོ་ཡིན།

ཁྱིད་ལ་ནོ་དེ་གཡུ་སྤལ་སྤོན་པོ་ཡིན་ལོ།

ཁྱིད་ལ་མདའ་མོ་ལྟོང་དཀར་མ་ཡིན་ལོ།

ཁྱིད་ལ་གཞུ་སྐལ་དེ་མོ་ལན་བྱང་གཞུ་ཡིན་ལོ།

ཁྱིད་ལ་ལག་ཆ་དེ་དོ་ཆོད་མ་རལ་གྲི་ཡིན་ལོ།

ཁྱིད་ལ་མདུང་སྐལ་དེ་མདུང་དཔལ་མས་རིང་མོ་ཡིན།

ཁྱིད་ལ་རངས་བྱ་དེ་རངས་བྱ་ཁ་ཡོན་མ་ཡིན།

ཁྱིད་ལ་དེག་སྐལ་དེ་དེག་བྱ་ཁ་དམར་ཡིན།

ཁྱིལ་ར་སྐལ་དེ་ར་སྐལ་སྐལ་དེ་ར་སྐལ་ཡིན།

ཁྱིལ་སྐལ་སྐལ་དེ་ར་སྐལ་སྐལ་དེ་ར་སྐལ་ཡིན།

ཁྱིལ་སྐལ་སྐལ་དེ་ར་སྐལ་སྐལ་དེ་ར་སྐལ་ཡིན།

ཁྱིལ་སྐལ་སྐལ་དེ་ར་སྐལ་སྐལ་དེ་ར་སྐལ་ཡིན།

ཁྱིལ་སྐལ་སྐལ་དེ་ར་སྐལ་སྐལ་དེ་ར་སྐལ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཆེན་པོ་ལ་བས་ཆང་མ་བསྐྱབ་ཉེ་བཅའ་ས་པ་སང་། ཆང་མ་ལ་  
བྱ་ཆེས་དེ་ཡོངས། བྱ་དོན་གྱུ་བ་ དོན་ལྡན་ དོན་ཡོད་གསུམ་ཀའི་སྒོ་གཏེ་  
འོ་མ་ཀོ་རེ་གང་དེ་ཡོད་ཚུག། འོ་མའི་ཀོ་རེ་ཆང་ཀ་ལ་བའི་ལག་དུ་ཡོད་པས།  
ལ་བས་བྱ་མོ་ལ་ཟེར་ས་པ། བྱ་བྱ་མོ། ཁྱིལ་ཁང་ཆང་ནང་དུ་སོང་ཉེ་གོ་རེ་  
ཆེ་ཆང་གསུམ་གྱི་ནང་ལ་འོ་མ་བསྐྱབ་ཉེ་ཡོད། དེ་ནང་ནས་ཀོ་རེ་ཆང་ཙོ་དེ་ཁྱེད་དེ་  
ཁྱིལ་ཟེར་ས་པ། བྱ་མོ་སོང་ཉེ་གོ་རེ་ཆང་ཙོ་བོ་ཁྱེད་དེ་ཁྱིལ་ས། དེ་ནས་འོ་མ་  
མོ་ཉེ་གོ་རེ་དེ་ཁྱེད་ལ་ཉོང་ཟེར་ས་པ། སྤྱིང་མོས་འོ་མ་མོ་ཉེ་གོ་རེ་ཁྱེད་ལ་  
བཅའ་ས། དེ་ནས་བྱ་དོན་གྱུ་བ་དག་པོ་དོན་ན་མལ་ལ་བྱོངས་སོང་།

No. 7.

དེ་ཅུ་ནས་འཁོར་ཆེན་པོ་སོང་ཉེ་ཆང་རག་དང་སེ་ར་བྱ་མང་པོ་འབབས་  
ཀྱིན་ཞིག་སྤྱིང་ལུ་ལ་ཕྱོགས་ལ་སོང་། སྤྱིང་ལུ་ལ་ལྱང་དེ་ལྱང་པའི་སྤྱུ་ལ་པ་སང་  
ལྡན་ར་སྐལ་ཀྱིས་ཐགས་འཐག་གིན་ཞིག་ཡོད་ཚུག། བོ་ག་བཟང་ལྟ་མོས་བྱ་རེ་  
ཞིག་འབྱུལ་གྱིན་ཡོད་ཚུག། ཁྱིལ་གཉིས་ཀའི་ཀོ་རེ་ལ་ཇ་རེ་ཁྱེད་ཉེ་ཡོད་པས།  
དེ་ནས་མ་བོ་ག་བཟང་ལྟ་མོས་ཀོ་རེ་ནང་དུ་སེ་ར་བྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྱུང་དེ་ཡོངས།  
བོ་ག་བཟང་ལྟ་མོས་པ་སང་ལྡན་ར་སྐལ་ལ་འདྲིས་པ། པ་སང་ལྡན་ར་སྐལ་ལ།



ངའི་ཀོ་རེ་ནང་ལ་སེ་ར་ཅུ་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྱུང་དེ་ཡོངས། དེ་འཕངས་བཏང་ང་ཟ  
 ཟེརས་པ། བ་སང་ལྷན་ར་སྤྱིས་ཀྱིས་ཀོ་རེ་ནང་དུ་འབྱུང་མཁན་དེ་དཀོན་མཆོག་  
 གིས་ཁྱིད་ལ་ཟུམས་ལ་བཏངས་མཁན་ཡིན་ཆོད། འཕང་ས་འཕང། ཟེས་  
 ཏིང། ཟེརས། དེ་ནས་ཁྱིས་ཆེན་མོ་ཡོད་པ་སང། མིན་མོ་དང་བཅག་གིན་  
 ཞིག་ཟེས་པས། མ་གོག་བཟང་ལྷ་མོ་ལ་གཟུགས་པོ་མ་བདེ་བ་འདུགས། དེ་ནས་  
 རྒྱ་བ་གཉིས་གསུམ་སོང་བ་དང། མི་ཚང་མས་གོག་བཟང་ལྷ་མོ་ལ་རྒྱལ་པོ་ཀོ་  
 སར་སྤྱེ་ཆེན་ལོ་ཟེར་རེད་ཅུག། རྒྱ་དགུ་ཞིག་བཅུ་ངོ་ལ་ཁྱི་ལོ་ལྟ་ལ་ཐིག་ས་  
 དང་ནག་ཐིག་ས་གཉིས་ཀ་ལ་སེམས་ངན་ཞིག་སྤྱིས། དེ་ཅི་འི་པི་ལ་ཡིན་ཟེར་ན།  
 ཡ་ཅེ་ལ་རྒྱལ་པོ་ཀོ་སར་སྤྱེ་ཆེན་ལོ་ཟེརས་པའི་པི་ལ། དེ་ནས་དཀར་ཐིག་ས་  
 དང་ནག་ཐིག་ས་གཉིས་ཀ། མ་གོག་བཟང་ལྷ་མོ་འི་སྤྱུ་ཁྱུ་ཅེས་ལ་ཡོངས། ཁྱི་  
 གཉིས་ཀ་ལ་སེམས་ངན་སྤྱིས་པ་སང་གྲུབས་བཅོ་ལྟེ་ཐབ་ཀྱི་ལྷགས་རྒྱིད་བྱ་ལ་  
 སྤྱི་ལན་བྱ་ཞིག་བཏག་ལྟེ་བོརས། ཐབ་ཀྱི་ཁ་འོ་མ་སྤོ་བ་ལ་བཀལ་དེ་ཡོད་ཅུག།  
 རོ་མོ་དེ་པི་ལྷ་ཅུ་སོང་ལྟེ་ར་མ་ཞིག་ཁྱིད་དེ་ནང་ལ་འབྱུང་བཏངས་པ། འོ་མའི་  
 མདུན་ལ་བསྐྱེབ་པ་སང། རོ་མོས། ཡ་ཆེ། ར་མ་ཡོངས། འོ་མ་སྤོ་བ་ཡིན་  
 ཟེརས་པ། ཡ་ཆེ་མཁྱོས་པ་ལངས་དེ་ར་མ་རྒྱབ་པ་སོང། ལྷགས་རྒྱིད་ལ་  
 བཏགས་མཁན་འཕྱེན་བཏངས་པ། འོ་མ་ཚང་མ་ཐབ་ཀྱི་ནང་དུ་ལོག་སོང། དེ་ནས་  
 མ་གོག་བཟང་ལྷ་མོ་ལ་ཤུ་བ་སང་པོ་བེང་སོང། ཤུ་གྲུ་སྤྱེ་ཅེས་ཀྱི་ཞིག་བསྐྱེབ་  
 པས། ཤུ་གྲུ་ས་ཡ་མའི་གྲོད་པའི་ནང་ནས་དཔེ་ར་བཏང་ལྟེ་ཟེརས། ཤུ་འདི་ལྟར།

37244

ཡ་མ་ལ་བྱ་ཞིག་སྤྱིན་ཏོ།

གོག་བཟང་ལ་བྱ་ཞིག་སྤྱིན་ཏོ།

ང་ནི་རི་གསུམ་གྱི་ཅེ་ལ་སྦྱོར་ཡོ།

རི་གསུམ་གྱི་ཅེ་ལ་དོ་བ་གསུམ་གདུང་གསུམ་ཅིག་ཡོ།

ཅུ་ཅའི་བུ་ལ་ཆད་རིག་དོང་ཡོ།

སྤྱི་ལོ་གི་སྤྱི་ལོ་རིག་དོང་ཡོ།

མེ་མར་རི་ཐོག་ས་རིག་ཞོན་ཡོ།

དེ་ནས་ཁོས་དེ་རྒྱལ་ཟེར་ཅས་ཚོར་བ་སང། ཡ་མ་རི་ལ་སོང་སྤྱི་དོ་བ་  
གསུམ་ཁྱོང་སྤྱི། སྤྱི་དོ་ཁྱེ་སྤྱི་ལོ་ལྟུང་གསུམ་ཡང་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་  
ལྟུང་སྤྱི་ལོ།

ང་རི་གསུམ་གྱི་ཅེ་ལ་སྦྱོར་ཡོང་ག་བ་རིག་ཞོན།

ང་སྦྱོར་དོ་སྦྱོར་ལྟུང་གསུམ་གྱི་མདོ་ཅུ་སྦྱོར་ཡོ།

ལྟུང་གསུམ་གྱི་མདོ་ཅུ་དོ་བ་གསུམ་གདུང་གསུམ་ཅིག་ཡོ།

ཅུ་ཅའི་བུ་ལ་ཆད་རིག་དོང་ཡོ།

སྤྱི་ལོ་གི་སྤྱི་ལོ་བུ་ལ་རིག་དོང་ཡོ།

མེ་མར་རི་ཐོག་ས་རིག་ཞོན་ཡོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་བ། ཡ་མ་ཡང་ཡང་ས་དེ་ལྟུང་གསུམ་གྱི་མདོ་ཅུ་ཡོང་སྤྱི་  
དོ་བ་གསུམ་ཁྱོང་སྤྱི་སྤྱི་དོ་ཁྱེ་སྤྱི་ལོ་ལྟུང་གསུམ་ཡང་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་

ང་ལྟུང་གསུམ་གྱི་མདོ་ཅུ་སྦྱོར་ཡོང་ལྟུང་ཅུ་ཞོན་ཡོ།

སྤྱི་དོ་སྤྱི་དོ་ཅུ་ཆད་མེ་མར་ལ་སྦྱོར་ཡོ།

ཅུ་ཅའི་བུ་ལ་དོ་བ་གསུམ་གདུང་གསུམ་ཅིག་ཡོ།

ཅུ་ཅའི་བུ་ལ་ཆད་རིག་དོང་ཡོ།

ཐུ་དྲི་གཱི་ཐོག་གཱུ་བ་རིག་དྲོང་ལོ།

མེ་མར་རི་ཐོག་ས་རིག་ནོན་ལོ།

དེ་ནས་ཨ་མ་ལངས་དེ་ཅུའི་ཆུར་ལ་སོང་ཕྱི་འདུག་ས། ཐུ་གུས་ཡང་

ཐུ་འདི་ལྟར་སྤངས།

ང་ཅུ་ཆུར་ལ་སྐྱེ་ཕྱིང་ཉ་མོ་རིག་མེན་ལོ།

སྐྱེན་དྲོང་སྐྱེན་མ་ཞིང་གི་དཀྱིལ་ལ་ང་སྐྱེན་ལོ།

མ་ཞིང་གི་དཀྱིལ་ལ་དོ་བ་གསུམ་གདུང་གསུམ་ཅིག་ལོ།

ཅུ་ཅུའི་གུལ་ཆད་རིག་དྲོང་ལོ།

ཐུ་དྲི་གཱི་ཐོག་གཱུ་བ་རིག་དྲོང་ལོ།

མེ་མར་རི་ཐོག་ས་རིག་ནོན་ལོ།

དེ་ནས་ཨ་མ་ལངས་དེ་ཡང་མ་ཞིང་གི་དཀྱིལ་ལ་སོང་ཕྱི་འདུག་ས།

ཐུ་གུས་ཡང་ཐུ་འདི་ལྟར་སྤངས།

ང་མ་ཞིང་གི་དཀྱིལ་ལ་སྐྱེ་ཕྱི་ཞིང་གི་ཡ་མ་ང་མེན།

སྐྱེན་དྲོ་སྐྱེན་ང་མ་ཁང་གི་སྐོ་རྒྱུ་ལ་སྐྱེན་ལོ།

དེ་ནས་ཨ་མ་སྐོ་རྒྱུ་བོ་ལ་སོང་ཕྱི་ཁུམ་ཕྱི་འདུག་ས་བ། ཐུ་གུས་ཡང་

ཐུ་འདི་ལྟར།

སྐོ་རྒྱུ་ལ་སྐྱེ་ཕྱིང་བོ་ཐུ་གཱི་ཅིག་མེན་ལོ།

སྐྱེན་དྲོང་སྐྱེན་པད་མ་ཅན་དག་དག་པ་ཁ་སྐྱེན།

དེ་ནས་ཨ་མ་ལངས་དེ་བ་རྒྱ་ཅན་དག་པའི་ཁ་སོང་བ། ཁོས་ཡང་ཐུ་

འདི་ལྟར།



ཕྱིན་ཏིང་ཕྱིན་མགོའི་དབྱིལ་ན་ཕྱིན་ལོ།

མགོ་ཤམས་གཅིག་འཁར་རི་རྒྱན་ལོ།

ཕྱིན་ཏེ་ང་ཕྱིན་ཅིག་མའི་ཕྱོགས་ནས་ང་ཕྱིན་ཡོ།

ཅིང་ཤ་ཁམ་ཅིག་འཁུར་དེ་སྒྲིན་ལོ།

ཕྱིན་ཏིང་ཕྱིན་ཀང་པའི་ཀང་མཐིལ་ན་ཕྱིན།

ཀའ་ཤུམས་ཅིག་ལྟར་དེ་སྒྲིན་ལོ།

དེ་ལྟར་ཟེར་སྐུ་པ་སང་། ཡ་མ་ལ་འཛིན་རི་མང་པོ་ཡོངས། རྟིང་ནས་  
 རྩུ་གུས་བདེན་པ་བསྐྱབས། ད་ལྟ་འདྲི་དོན་ཤོག་དོན་དོང་། ང་དང་མཉམ་པོ་ནོང་  
 ལྷ་མང་པོ་སྐྱེ་ཆོན། དེ་ཆང་མ་ལ་ཉར་བཅོད་གོས་ཟེརས། དེ་ནས་ཉི་མ་དང་ལྷ་བ  
 གཉིས་ཀ་སྐྱེ་ཉི་མ་ཉི་མ་ལ་སོང་། སྐྱིན་ཆོན་བ་ཆན་སྐྱེ་ཉི་མ་གཉིས་ལ་སོང་། སོང་  
 གོ་གུལ་རལ་ཅན་སྐྱེ་ཉི་མ་གཉིས་ལ་སོང་། འབྲེང་ཆོན་ཁས་པ་ཀུན་སྐྱེ་ཉི་མ་གཉིས་  
 ལ་སོང་། རྩུ་ལ་གོད་པོ་སྐྱེ་ཉི་མ་ལ་སོང་། ཉ་མོ་གསེར་མིག་སྐྱེ་ཉི་  
 མ་ཆོས་ལ་སོང་། རྩུ་ལ་གོད་པོ་སྐྱེ་ཉི་མ་ལ་སོང་། དེ་མ་འཆད་།  
 ལྟ་འདྲི་དབང་པོ་རྩུ་བ་ཞིན་གྱིས་བསྐྱབས་མཁན་གྱི་ནོར་དང་ལྷ་གས་ཆང་མ། མ་གོག་  
 བཟང་ལྟ་མོ་ལ་ཞག་གཅིག་གི་ནང་དུ་སྐྱེས་སོང་། དེ་ཆང་མ་དེ་རྟིང་ནས། མ་གོ་  
 ཆོན་མོ་ཞིག་སྐྱེ་ཁོ་གཤམ་ཅིག་མཆོག་ས་ཤིག་སྐྱེས་པས། ཡ་མས་ཁའི་ནང་དུ་བྱ་  
 པོ་ཞིག་བཏང་ཉི། ཆོག་གི་ཡོག་ལ་ནན་དེ་བཅས། དེ་ནས་ཡ་ནེ་བཀུར་དམན་  
 མོ་ཡོང་ཉི་མ་ལྷག་མེད་དེ་སྐྱེ་མོས་དེ་ཟེརས། རྩུ་གོག་བཟང་ལྟ་མོ། ཁྱོད་ལ་རྩུ་  
 གུ་གུ་ལྷག་ཅིག་སྐྱེས་ཟེརས་པ། གོག་བཟང་ལྟ་མོས་ཟེརས། ང་ལ་པན་གོག་  
 ཅིས་ཅན་ཞིག་མ་སྐྱེས། མེས་མ་ཅན་མང་པོ་སྐྱེ་ཉི་མ་ལ་སྐྱེ་དག་ཁྱེད་ནས་ཡིད་ཉི་མོང་།

དེ་ཚང་མའི་དྲིང་ན་གཤམ་ཅིག་སྐྱེ་མྱེ་ཚོག་པའི་ཡོག་ལ་ནན་ཏེ་ཡོད་ཟེངས་པ། ཡ་ནེ་  
བཀུར་དམན་གྱལ་མོས་ཁ་སྐྱེ་འིན་ཞིག་དང་ཚོག་པོ་འཐེན་བཏངས་པ། དེའི་ཡོག་  
པོ་ལ་གླིང་གྱུ་རྩམ་ཀེ་སར་ལ་གྱུར་ཏེ་ཡོད་ཚུགས།

## No. 8.

དེ་སེར་རུ་བབས་པའི་དུས་ལ། ཡ་གྱུ་དཔལ་ལེས། པ་ཆི་དཔལ་  
དོང་མཁར་ནང་ནས་བྱོངས་པའི་ནོར་བུའི་རིགས། སེམས་ཅན་ཚང་མ་ལ་སེར་རུ་  
ཕོག་པ་སང། མ་གོག་བཟང་ལྷ་མོ་དང་མ་ཉམ་པོ་དུས་གཅིག་ལ་སྐྱེ་ཅེས་ཅན་སོང།  
དེ་ནས་གོག་བཟང་ལྷ་མོ་ལ། ཀེ་སར་སྐྱེ་བའི་ཞིག་ལ་དེ་སེམས་ཅན་ཚང་མ་ལ་ཕྱ་  
གྱུ་རེ་རེ་སྐྱེས་པས།

དེག་བྱ་ཁ་དམར་ལ།

དེག་བྱ་སྐྱེ་རིངས་སྐྱེས།

ཟངས་བྱ་ཁ་ཡོན་ལ།

ཟངས་བྱ་ཁ་ཆོད་སྐྱེས།

ལྷ་རི་རྒྱབ་དཀར་པོ་ལ།

པོ་ལ་དེ་དེ་ཕྱེ་པོ་རང་ཆོད་སྐྱེས།

ཐག་པ་གྱུ་ལྷག་ཁ་པོ་ལ།

ཐག་བྱ་བྱ་གང་སྐྱེས།

སྐྱེ་མོ་དཀར་མའི་སྐྱོང་ཕོང་ལ།

པད་ཁ་པོ་སྐྱེས།

དྲ་ཕོད་མ་ཚ་ལངས་ལ།

ཀྱང་ཤོད་དཔྱད་པ་སྤྲུམ།

མཛོ་མོ་བྱ་ཡོན་ལ།

མཛོ་པོ་ཀང་དཀར་སྤྲུམ།

ར་མ་དཀར་མོ་ལ།

ར་སྤྲུམ་སྤྲུམ་དམར་སྤྲུམ།

ལྷག་ཤོ་མོ་ལ།

ལྷག་པོར་ཟེ་སྤྲུམ།

བོང་བྱ་ནག་པོ་ཁ་དཀར་ལ།

བོང་བྱ་ཁམ་པ་སྤྲུམ།

བྱི་མོ་དཀར་མོ་ལ།

བྱི་པོ་གསེར་ལིངས་སྤྲུམ།

བི་ལ་ནག་པོ་ལ།

བི་ལ་ཁ་སྤྲུམ་སྤྲུམ།

No. 9.

དེ་ནི་ལ་ཅིག་པོ་ལ་བཏངས་པ་འི་བྱ་བོ་ཟེ་སྤྲུམ་བྱི་བྱང་ཀྱས་ཤིག་བཞུང་ཕྱེ་  
མདུན་ལ་བོར་དེ་ཡོད་ཅུག། ཡ་ནེ་སྤྲུམ་བཟང་གི་ཁ་ལེན་དེ་སྤྲུམ་འདི་ལྟར་སྤྲུངས།

ཕྱིང་བྱོགས་ལྷ་ཡུལ་ཀུན་ནོན་པ་འི་ཡ་མ་ལ་བྱ་ཞིག་བཟུངས།

བར་བྱོགས་བཅན་ཡུལ་ཀུན་ནོན་པ་འི་ཡོག་བཟང་ལ་སྤྲུམ་ཤིག་བཟུངས།

ཡོག་བྱོགས་ཀྱ་ཡུལ་ཀུན་ནོན་པ་འི་ཡ་མ་ལ་བྱ་ཞིག་བཟུངས།

དེ་ཅིག་གི་ལྷ་ཡུལ་ཀུན་བཟུངས་ཅེ་ན་སྤྲུམ་པོ་འདི་དེ་ཀྱིས་བྱངས།



གྲུལ་ལྷ་ས་ཀེ་སར་ཀུན་བཟུངས་ཙེ་ན་འཛམ་གྱི་ཁྱིའ་ལོད་ཀྱིས་ཁྱུངས།  
 ཨ་ནེ་བའི་ཚོ་ཐོ་ཀུན་འཁྱར་རེ་ན་ཨ་ལོ་ད་ལོ་ཞིག་སྐྱབ་ཡིན་ལོ།  
 བཀུར་དམན་གྱིས་ཀེ་སར་ཀུན་འཁྱར་རེ་ན་ཨ་ལོ་ཞིག་སྐྱབ་ལོ།  
 དེ་ནས་ཡང་བྲ་བོའི་ཕེ་ལ་བཅོས་པའི། འབྲང་གྲུས་དེ་ཨ་ནེ་བཀུར་  
 དམན་སོས་ལེན་ཏེ་གསོལ་མཆོད་ཅིག་བཏངས། ཟླ་འདི་ལྟར།

འོ་ན་གསོལ་ལོ་དང་མཆོད་དོ་རིག་ཕྱིང་ལྷ་ཡུལ་ལ་མཆོད་དོ།  
 གསོལ་ལོ་དང་མཆོད་དོ་རིག་དབང་པོ་གྲུབ་ཞིན་ལ་མཆོད་དོ།  
 ངས་གསོལ་བའི་དུས་ལ་སྤྱི་ཉེ་ཅས་འདོན་བ་རིག་དགོས་སྟབས།  
 འདོས་པའི་དུས་ལ་བྲ་ལ་སྐྱུང་བ་རིག་མཛད་ལོ།  
 དཀགས་བོའི་དུས་ལ་ཀེ་སར་ལ་རོགས་རིག་མཛད་ལོ།  
 འོ་ན་གསོལ་ལོ་དང་མཆོད་དོ་རིག་བར་བཅན་ཡུལ་ལ་མཆོད་དོ།  
 གསོལ་ལོ་དང་མཆོད་དོ་རིག་ཨ་ས་སྐྱབས་བདུན་ལ་མཆོད་དོ།  
 ངས་གསོལ་བའི་དུས་ལ་སྤྱི་ཉེ་ཅས་འདོན་བ་རིག་དགོས་སྟབས།  
 འདོས་པའི་དུས་ལ་བྲ་ལ་སྐྱུང་བ་རིག་མཛད་ལོ།  
 དཀགས་བོའི་དུས་ལ་ཀེ་སར་ལ་རོགས་རིག་མཛད་ལོ།  
 འོ་ན་གསོལ་ལོ་དང་མཆོད་དོ་རིག་འོག་ཁྱུ་ཡུལ་དུ་མཆོད་དོ།  
 གསོལ་ལོ་དང་མཆོད་དོ་ཁྱུ་གྲུལ་ལྷོག་པོ་ལ་མཆོད་དོ།  
 ངས་གསོལ་བའི་དུས་ལ་སྤྱི་ཉེ་ཅས་འདོན་བ་རིག་དགོས་སྟབས།  
 འདོས་པའི་དུས་ལ་བྲ་ལ་སྐྱུང་བ་རིག་མཛད་ལོ།  
 དཀགས་བོའི་དུས་ལ་ཀེ་སར་ལ་རོགས་རིག་མཛད་ལོ།

དེ་ཐུག་ཟེར་དེ་གསོལ་མཆོད་བཏང་སྟེ་ན། སྤྱ་གུ་དེ་ཨ་མའི་ལག་ལ་  
 བཏང་སྟེ། ཨ་མ་ལ་ཟེར་ས། ལྷ་གོག་བཟང་ལྷ་མོ། འདི་རིང་ནས་པར་ལ་  
 སྤྱ་གུ་དེ་སྤྱི་ལག་དུ་མ་བཏང་། མི་སྤྱ་ཞིག་ཡོང་སྟེ་དོང་ཟེར་ཆེན། སྤྱི་ལག་  
 ལ་ཡང་མ་བཏང་ཟེར་དེ། ཨ་ནེ་བཀྱར་དམན་མོ་ཡོག་སྟེ་སོང་། དེ་ནས་ཀེ་སར་  
 སྟེ་སྟེ་ཡོད་ཅེས་དེ་བཀའ་ཐོན་ཐུན་པ་ལ་ཆོར་དེ། བཀའ་ཐོན་ཐུན་པ་དེ་བདུད་རྩི་  
 ཅིན་གྱི་བྱ་ཆ་ཡིན་པས། ཁྲིའི་སྟོད་དེ་བདུད་ཀྱི་རིགས་ཡོད་པས། སྤྱི་དེ་སྤྱིང་  
 པའི་མི་མཆོག་སྤོང་ཆུག། ཁྲིས་ཤར་གྱི་ཤར་རན་བྱེ་བ་རན་བྱེ་ཆང་ཀ་ལ་  
 བསྐྱབས། མ་གོག་བཟང་ལྷ་མོ་ལ་སྤྱིང་ཀེ་སར་བྱུལ་པོ་སྤྱི་ཆར་ལོ། བྱེ་ཆང་  
 ཀ་ཁྲིའི་སྟོང་ལ་སོང་སྟེ། ཐབས་བཅོས་ནས་སྤྱ་གུ་དེ་བྱོང་ས་དེ་མེ་ལ་སྟེག་སྟེ་བསད་  
 དགོས། དྲིང་ནང་དང་ཆང་མ་ལ་གནོད་པ་སྤྱལ་ཆེན་ཟེར་དེ་བསྐྱབ་སྟེ་ན། ཁྲི་རང་  
 རྩོམ་གསལ་ལ་སོང་བས། ཤར་བྱོག་སྤྱི་ཤར་རན་བྱེ་བ་རན་བྱེ་ཟེར་མཁན་གྱི་བདུད་  
 བསྐྱབས་སྤྱི་ལ་ལོ་ལྷ་སྟེ། མ་གོག་བཟང་ལྷ་མོའི་ཁང་པའི་སྤྱི་ལ་ཡོང་སྟེ་སྤྱི་  
 བཅོལ་བཏངས། གོག་བཟང་ལྷ་མོས་པོ་བཏངས་པ། མ་དགོས། མར་  
 བཏངས་པ། མ་དགོས། དེ་ནས་ཉེ་ཞལ་ཅི་དགོས་ཡིན། ཡང་ནོར་མང་པོ་  
 སྤལ་ནང་ལ་མེད་ཟེར་ས། ལྷ་མ་ཀུན་ནིས་ཟེར་ས། པེ་མི་དགོས། མར་མི་  
 དགོས། རོར་ཅི་ཡང་མི་དགོས། བྱོང་བྱི་སྤྱ་གུ་ལ་ང་ཅས་ཆོས་བསྐྱབ་ཡིན།  
 ཞག་བདུན་ལ་ཆོས་བསྐྱབ་བཅུག་སྟེ་ཡོག་སྟེ་བྱོང་ཡིན། སྤྱ་གུ་དེ་དོང་ཟེར་ས་པ།  
 གོག་བཟང་ལྷ་མོས་བསམས། ང་རང་གི་སྤྱ་གུ་ལ་ཆོས་བསྐྱབ་ན། ཀུལ་བ་ཆེན།  
 སྤྱ་གུ་བཏང་ཡིན་བསམས་དེ། སྤྱ་གུ་ལྷ་མ་ཀུན་ལ་བཏངས། ཁྲིང་གིས་སྤྱ་གུ་  
 བྱར་དེ་སྤྱིང་ལུལ་གྱི་མ་གོལ་འབྱེར་དེ་ལྷ་མ་ཀུན་གྱིས་ལྷ་འདི་རྩྭར།

སྒྲིང་གི་ཤར་པ་ཚང་མས་ཆོར་ཁུར་བརྒྱ་ཙམ་བྱོང་།  
 སྒྲིང་གི་ན་རྩང་ཚང་མས་མར་བྲེ་བརྒྱ་ཙམ་བྱོང་།  
 ལྷལ་མི་བདུལ་བའི་སྤྱན་བྱང་ཞལ་བདུལ་ལོ།  
 ལྷལ་མི་ཐོབ་པའི་བདུད་ལྷག་དེ་ང་ཞལ་ཐོབ་ལོ།  
 སྒྲིང་གི་མགར་བ་ཀུན་གྱིས་ལྷགས་ཟེར་རྟེན་བྱོང་ལོ།  
 འདི་རིང་ང་དང་གིས་བདུད་ལྷག་དེ་བདུལ་ཡིན།  
 འདི་རིང་ང་དང་གིས་སྤྱན་བྱང་དེ་བསད་ཡིན།  
 ལྷག་གུན་མ་སྤྱིམ་ན་ཡལ་ག་སོང་སྟེ་མི་ཉན་ལོ།  
 རྩང་རྩན་ལ་མ་ཉན་ན་ཆེན་མོ་སོང་སྟེ་མི་ཉན་ལོ།  
 སྒྲིང་གི་ཤར་པ་ཀུན་གྱིས་བཞེགས་མོ་ལ་སྦྱོད་ལོ།  
 སྒྲིང་གི་ན་རྩང་ཚང་མ་གྱིས་བཞེགས་མོ་ལ་སྦྱོད་ལོ།  
 བདུད་དེ་བདུད་ལྷག་གསེན་སྟེགས་ལ་བདང་ཡིན།

དེ་རྒྱག་ཟེར་དེ་ཀུ་ཙེ་ཆེན་མོ་བདངས་པ་སང་། སྒྲིང་ལྷལ་ལི་ཤར་པ་  
 ཚང་མས་ཆོར་ཁུར་དེ་འཁུར་དེ་ཡོངས། ན་རྩང་ཚང་མས་མར་བྲེ་གང་དེ་འཁུར་  
 དེ་ཡོངས། དེ་རྒྱག་གི་ཆོར་མ་ཁུར་བརྒྱ་དང་མར་བྲེ་བརྒྱ་ཟམ་བསྟེན། མགར་  
 པ་ཚང་མས་ལྷགས་ཟེར་ཡང་བྱོངས། དེ་ནས་སྟོགས་བཞི་ལ་ལྷགས་ཟེར་རྟེན་བས།  
 ཆོར་མའི་ཤིང་ཚང་མ་སྦྱངས། དེའི་གཞུང་ལ་ལྷག་དེ་བདངས། མར་ཚང་མ་  
 དེ་ཁ་སྦྱགས། དེ་ནས་ཨ་ནེ་བཀུར་དམན་མོ་ཨ་མ་རྩང་ཙེ་དཀར་ཐོག་མ་ལ་རྩ་  
 སྟེ་མ་གོག་བཟང་ལྷ་མའི་ཙེར་སོང་སྟེ། ལྷ་གོག་བཟང་ལྷ་མོ། ལྷག་དེ་གར་ཡོད་  
 ཟེརས་པ། ཨ་མས། ལྷག་དེ་སྦྱ་མ་གསུམ་ཡོང་སྟེ་ཆོས་བསྟེན་པ་འབྱེདས།



ཕྱི་ཐོག་ལ་ལོག་ཕྱི་འཁྱོད་ཆེན་ཟེངས། དེ་ནས་དཀར་ཐིག་མ་མགོ་གསུམ་པ་ལྟ་ལ་  
སོང་པ་སང། སྤྱ་གུ་དེ་མེདི་གཞུང་ལ་བཏང་ཕྱི་ཡོད་ཚུག། དཀར་ཐིག་མས་  
ཏུ་འོན་ཞིག་ཟེངས།

མི་དང་ཀུན་ནི་ཁྲིམས་ལ་ལུང་མཁན་ལ་ཕེ་བཏང་ཅན།  
གོག་བཟང་ལྟ་མོས་ཕེདི་ཚབས་ལ་སྤྱ་གུ་བཏངས།  
ཨ་མ་གོག་བཟང་སྤྱ་གུ་ལ་སྤྱན་དེ་བདུད་དི་ལག་ལ་བཏངས།  
ངའི་སྤྱ་གུ་གཟུག་ལ་འཁྱོད་ཡིན།

དེ་ཟུག་ཟེར་དེ་ཏུས་པ་སང། སྤྱ་གུས་ཨ་མ་ལ་ཟེངས། ཟླ་འདི་ལྟར།  
བྱ་ཚའི་ཨ་མ་ཆུང་བས་ངའི་དངོས་ལ་ཉོན་དང།  
མ་དཀར་ཐིག་མས་བྱ་ཚ་ངའི་བདག་ལ་གསན།

ནས་ཕྱོད་མཐོན་པོ་ལ་བལྟས་པ།  
ཉི་ཁྲ་གཉིས་ཀྱིས་གསུམ་ལ་ལེ་ཞུགས།  
སྐར་ཚོགས་འཛོམས་མོ་གཞུང་ལ་སྤྱང་ཕྱི་འདུག།  
ང་ལ་ཕ་མ་མེད་མཁན་སོང།  
གངས་ཕྱོད་མཐོན་པོ་ལ་བལྟས་ཀྱང།  
གངས་སི་སིང་གོ་བྲུ་གསལ་བ་འདུག།  
སིང་སྤྱག་ལེགས་མོ་མཐུན་ལ་སྤྱངས།  
ང་ལ་ཕ་མ་མེད་མཁན་སོང།  
སྤྱག་ཕྱོད་མཐོན་པོ་ལ་བལྟས་ཀྱང།

སྒྲིད་ཆེན་ཨ་བུ་དྲིང་ན་འདུག།  
 ཨ་མ་དན་མོ་ལྷན་ལ་འདུག།  
 ཤ་ལྷག་ལེགས་མོ་གཞུང་ལ་སྤངས།  
 ང་ལ་པ་མ་མེད་མཁན་མོང།  
 མཚོ་མ་སྟོད་མཐོན་པོ་ལ་བརྟམ་ཀྱང།  
 ཉ་མོ་ཨ་མ་སྟོན་ལ་འདུག།  
 ཉ་མོ་ཨ་བུ་དྲིང་ན་འདུག།  
 ཉ་ལྷག་ལེགས་མོ་གཞུང་ལ་སྤངས།  
 ང་ལ་པ་མ་མེད་མཁན་མོང།

མི་དང་ཀུན་གྱིས་ལྷང་མཁན་ལ་པོ་བདང་ཅེན་བ།  
 ངའི་ཨ་མས་པོ་ཚབ་ལ་ལྷ་གྲུ་བདང་མོང།  
 མ་ཤུམས་ཨ་མ་གཟིགས་མོ་ཁྱེས།  
 ཟློགས་བཞི་ལྷགས་ཐག་བརྒྱང་བ་དེ།  
 སྤྱིང་བཞི་ང་ལ་མོན་པའི་དྲགས་ཤིག་ཡིན།  
 མ་ཤུམས་ཨ་མ་གཟིགས་མོ་གཟིགས།  
 ཚོར་ཁྱུང་བརྒྱ་དེ་ངའི་ལག་སྟོས་ཤིག་ཡིན།  
 མར་བྲེ་བརྒྱ་དེ་ངའི་ལག་སྟོད་ཅིག་ཡིན།  
 མ་ཤུམས་ཨ་མ་གཟིགས་མོ་གཟིགས།  
 སྤྱིང་གི་ཤར་པ་ཚང་མས་གཟིགས་མོ་གཟིགས།  
 སྤྱིང་གི་ན་རྩང་ཚང་མས་གཟིགས་མོ་གཟིགས།

ཤར་རན་ཤེ་བ་རན་ཤེ་གསུམ་ཀ་མེ་ནང་དུ་པང་ཡིན།

བྱ་ཚང་རང་སིང་གི་མཚོགས་མཚོངས་ཡིན།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་དེ་བྱ་ཚང་དེ་མེའི་ནང་ནས་བིང་སྟེ། ལྷགས་ཐག་དེ་བཅད་

དེ་བིང་སྟེ་པར་མཚོངས་ཚུར་མཚོངས་བཟང་ངོན་ཞིག། ཤར་རན་ཤེ་བ་རན་ཤེ་

གསུམ་ཀ་རྒྱུ་སྟེ་མེའི་དཀྱིལ་ལ་པང་སྟེ་བཟངས་པ། དེ་མེ་ཚོགས་ཚང་མ་

འཛིགས་དེ་ལ་མཚན་སོང་སྟེ་ཤོར་དེ་སོང་། དེ་ནས་མ་དཀར་ཐིག་མ་དང་ཕྱ་གྲུ་

གཉིས་ཀ་ཁང་པ་ལ་ཡོངས། དཀར་ཐིག་མས་མ་གོག་བཟང་རྣ་མོ་ལ་ཟེརས།

ཕྱ་གོག་བཟང་རྣ་མོ། ཁྱོ་རང་གི་ཕྱ་གྲུ་དེ་སྒྲ་མ་ཚང་ཀས་འཁྱེར་དེ་མེའི་གཞུང་

ལ་ཕྱོགས་བཞི་ལ་ལྷགས་ཐག་བཟགས་དེ་འདུག། དག་ས་ཁོ་རང་བིང་སྟེ་ཡོངས།

ད་ནས་པར་ལ་མི་སྲུ་ལ་ཡང་མ་བཟང་ཟེར་དེ་དཀར་ཐིག་མ་ཡོག་སྟེ་ཁང་པ་

ལ་སོང་།

# No. 10.

ཨ་མ་གོག་བཟང་རྣ་མོ་ལ་ཕྱ་གྲུ་མ་སྟེ་བའི་སྒྲོན་ལ་མཚོ་ནད་པོག་སྟེ་

ཡོད་ཚུག། ཞག་ཅིག་ཕྱ་གྲུ་ཟེརས། ཨ་མ་རང་གིས་སྒྲ་འཁྱེར་སྟེ་ན། གཞན་

མའི་ནང་ལ་མ་ཆ། ང་དང་ངེ་ནང་དུ་བྱ་མོ་ཞིག་ཁྱོང་སྟེ་རྣ་བཅུག། དེ་མེན་ནང་

དང་གི་ནང་ལ་ཀྱན་མ་ཞུགས་ཡིན། ང་ཤིང་ཞིག་འཁྱེར་བ་རི་ལ་ཆེན་ཟེར་དེ་ཐག་

པ་ཞིག་དང་ཡོག་པ་ཞིག་ཁུར་དེ། བྱ་ཚང་ཤིང་ལ་སོང་། ཕྱ་གྲུ་སོང་ཚར་ར་དང་།

ལ་མས་སྒྲ་རྣ་ཅས་ལ་ཁྱིམ་མཚོས་པའི་ཅ་སོང་། ཕྱ་གྲུ་ལ་དེ་རྒྱལ་མཐོང་སྟེ་ཡོག་

སྟེ་ཡོང་སྟེ། ནང་ན་ཅི་ཡོད་མཁན་ནི་ཆ་ལག་ཚང་མ་སྤྲས་དེ་མེད་མཁན་བཅོས།

ཀག་ཆག་ཅིག་གི་ཀ་ས་ཅེ་ཞིག་བོར་དེ་ན། ཡང་རི་ལ་ཡོག་སྟེ་སོང་། ཤིང་



ཁར་དེ་ཡོང་ཟ་ན། ཨ་མ་ད་རུང་སྒྲ་ལྷ་ས་ཚར་བ། ཁྱིམ་མཚོས་པའི་ཆ་ཡོད་  
 རྒྱུ། སྤྱ་གུས་བོས་དེ་གཉིས་ཀ་ནང་ལ་བསྐྱེབ་སྟེ་བཟུ་ཟ་ན། ཀྱན་མས་འབྱིར་  
 དེ་ཆ་ལག་ཅི་ཡང་མེད་རྒྱུ། སྤྱ་གུས་ཨ་མ་ལ་ཟེར་ས། ཨ་མ་རང་ལ་ངས་  
 སྤྲོན་ལ་ཟེར་ས། ཡ་མ་རང་མའི་ཅི་སོང་པ་སང། ཀྱན་མ་ཡོང་ས། ང་སྟོགས་  
 ས་རག། ཟེམས་ཤིག་དོང་ཟེར་ས་པ། ཨ་མས། ཟེམས་ཅི་བཟང་ཡིན།  
 བང་དུ་ཅི་ཡང་མི་འདུག། ཀག་ཆག་ཅིག་གི་ཁ་ས་ཅི་ཞིག་འདུག་ཟེར་ས་པ།  
 སྤྱ་ཚས་དེ་ས་ཅི་བོ་གཡོས་ཤིག་བཞེས་དེ་དོང་ཟེར་ས། ཨ་མས་གཡོས་བཞེས་  
 པ་སང། ཡང་བོར་ཅས་སི་སྟོད་མེད་རྒྱུ། སྤྱ་གུས་ངའི་ལག་པའི་ཁ་དོང་  
 ཟེར་ས་པ། ཨ་མས། ཁྱོད་རང་སྤྱ་གུའི་ལག་པ་ཉ་ས་ཡོང་ཆེན། ངའི་ཀྱན་  
 ལག་སྤྲན་དེ་ཡོང་ཡིན་འགྲོ། ངའི་ལག་པའི་ཁ་དོང་ཟེར་ས། ཨ་མའི་ལག་པའི་  
 ཁ་བཟང་སྟེ་ས་ཚན་དང་གཡོས་ཚན་བོ་ཨ་མའི་ལག་པའི་ནང་ལ་བསྐྱེས་ས་དེ་  
 བོར་ས། ཨ་མ་ལ་ཚན་དེ་ཡོང་སྟེ་ཀྱ་ཅི་བཟང་ས་པ། སྤྱ་གུས། ངའི་ཨ་བྲ་  
 གར་ཡོད་སྟོན། ང་ལ་ཨ་བྲ་མེད་པ། མི་ཚང་མས་ཁ་སྐྱེ་སྟེ་ནལ་ལྷ་ཟེར་འདུག།  
 མི་ཚང་མ་ལ་ཨ་བྲ་འདུག། ང་ཨ་བྲ་མེད་ཅེས་ཅི་ཡིན་ཟེར་ས། ཨ་མས་  
 ཟེར་ས། ཁྱོད་རང་གི་ཨ་བ་དེ་སྤྱ་ཡིན་པ་ལ་རྒྱས་མེད། མི་མེ་བསྐྱོབ་དཔོན་ཅི་  
 དགུ་ལ་འདྲི་བ་ལ་སོང། མི་མེ་ལ་རྒྱས་ཡོང་ཡིན་འགྲོ་ཟེར་ས་པ། ཨ་མའི་ལག་  
 པ་འཕྱུད་བཟང་ས་པ། ལག་པ་ཚང་མ་ཆོལ་སྤང་བེད་སྟེ་ཡོད་རྒྱུ། དེ་ནས་  
 སྤྱ་གུས་ཉུ་ཉ་ཟེར་དེ་ལག་པ་དང་འད་པ། སྤྲོན་མའི་མཚོགས་སོང། མཚོ་ནང་  
 བོག་མཁན་ནི་གཟུགས་བོ་ཡང་པན་སོང།

## THE STORY OF KESAR'S BIRTH.

### ABSTRACT OF CONTENTS.

#### 1.

One day, when Agu *dPalle rgodpo* was tending goats, there came a white bird out of a white hill, and a black bird out of a black hill, who fought with one another. In the morning the black bird was winning, at noon both were equal, and in the evening the white bird was winning.

The next day a white yak came out of a white hill, and a black yak out of a black hill. In the morning the white yak was winning, at noon both were equal, and in the evening the black yak was winning. Agu *dPalle* who believed the black yak to be a devil, decided to kill him with his sling and to break 18 pieces out of his right horn. Those will be dedicated: to *dBangpo rgyabzhin*, mother *sKyabs bdun*, nâga-king *Ljogpo*, *sKyer rdong snyanpo*, *bKur dman rgyalmo*, the 18 Agus, the top of the *gLing*-castle, the golden hill, the turquoise hill, the spring *Thsangya*, the *Groma*-plain, to *dPalmai astag*, the ford *sBi chu*,<sup>1</sup> the hunting-ground *sProtho nangma*, to father *Thonpa*<sup>2</sup> and mother *sNgonmo*, to *'aBruguma*, to the store-house of his treasures, and the last piece to himself.

The white yak had been a transformation of *dBangpo rgyabzhin*, and the black yak of the devil *Curulugu*. Then out of the white hill there came a child, about a yard high (another transformation of *dBangpo rgyabzhin*), and offered all his treasures and half of his land and castle to the Agu in recognition of the services rendered to him. The Agu refused to accept anything, but demanded that one of the three sons of the king of heaven should be sent to the headless

<sup>1</sup> *dPalmai astag*, the glorious little village, and the ford *sBi chu*, are parts of the *gLing*-land, which were probably omitted in the history of the creation. Prologue to the Kesar-saga, No. 5. *dPalmai astag* is also the name of a female agu.

<sup>2</sup> Here *'aBruguma*'s father is called *Thonpa*; later on the name *br Tanpa* turns up again; he has two names apparently.



*gLing*-land as its head. The king of heaven promises to send word after seven days<sup>1</sup>.

## 2.

*dBangpo rgyabzhin* returned to the upper land of the gods, and went to sleep with his head wrapped up. His eldest son *Don ldan* brought him his meal and tea and asked him about the reason of his sorrow. The father told him of his promise to send one of his sons to the *gLing*-land; if he would not like to go? *Don ldan* said: "How could a son of the gods go to the land of men? Eat the food, if you like; and leave it, if you do not like!"

The second son *Donyod* was asked the same questions, but he also refused to go.

When the third son *Don grub* was asked if he would go to the land of men, he said: "I shall go wherever my father may send me, even to a place where I shall have to die or get lost!" Then the father took the tea and the meal.

## 3.

The next day the King [of heaven] said to his three sons: "Take a quiver each and a sieve full of arrow-blades each. When riding downwards, scatter the arrow-blades about; when riding upward, gather the arrow-heads and put them on to the arrow-shafts. Who wins in the contest, will remain here; who loses, will have to go to the land of men!" The little son *Don grub* won and did not miss a single arrow-head.

The following day the king gave them a bushel filled with mustard-seeds each and told them to scatter them about, when riding downward, and to gather them, when riding upward. Again *Don grub* won, because he did not miss a single mustard-seed.

Then the elder brothers were full of wrath and said: "Well, we shall have to go as its head to the *gLing*-land, and *Don grub* is to

<sup>1</sup> This version of the birth-story of Kesar will be usefully compared with the one published in the *Indian Antiquary*, and which I shall call the *Sheh*-version. (Spring Myth of the Kesar Saga, No. I-V). In the *Sheh*-version only a fight of two birds is mentioned. It is not at all necessary to believe, that the report of a double fight in the shape of birds and yaks is the original tale. Here the Lower Ladakhi version simply shows one of the characteristics of the oral versions of the Kesar Saga, i.e., the tendency to take hold of other versions which are current in other villages, and to embody them into the original version of the village by telling one after the other, leaving the versions almost entirely untouched. Other instances we shall notice later on. This characteristic has been mentioned in the I. A.



remain here!" Again their father sent them a-hunting, saying: "Who of you will bring me many wild goats and wild yaks, will not be sent to the *gLing-land*!" It was *Don grub* who alone was successful. Therefore his wrathful elder brothers tied him to a high tree, and went home with his booty. Father did not even ask where *Don grub* remained.

Out of a hill came a man whose upper part was white, the middle part red, and the lower part black,<sup>1</sup> and said to *Don grub*: "Did you perhaps not obey father and mother, did you kill a man or a dog, or are you a thief, that you are tied to this tree?" *Don grub* replied: "Yes, I did all you say, but now look at me!" Saying this, he pulled out the tree and carried it home, where he planted it before the door of the house, to give shade to his father and mother.

Again the three brothers were sent a-hunting, and again the little one alone was successful. This time he was thrown into a pit by his elder brothers, and relieved by a lizard, whose tail he seized. Because the hole through which he was dragged, was very narrow, all his flesh and skin came off. He simply said '*thu thu*' and his flesh and skin was restored to him and turned into steel. The two stones [with which the hole had been covered], he carried home, and made two thrones out of

<sup>1</sup> This figure represents in his person the three different colours of the world. Whilst according to the Shes-version *sTang lha* is white, *Bar btsan* red, and *Yog klu* blue; according to this Lower Ladakhi version *sTang lha* is white, *Bar btsan* red, and *Yog klu* black. This fact confirms my supposition that there is a certain connection between the black and blue colours in the Kesar Saga, and that the realm of the black devil, which often appears to be separated from the three realms of the world, originated out of that of the water-demons (*Yog klu*). In the Mongolian version of the Kesar Saga (I. J. Schmidt's translation) we find as respective colours white, yellow and black. This is another step further in the development of the colours. With regard to this I may add that, when conversing on *mechod rten* of white, red and blue colour with the Kardar of Lower Ladakh, this gentleman told me that the red colour was wrong, and that the *mechod rten* in the middle ought to show the yellow colour, as is actually the case in a group of three *mechod rten* at Saspol. This transition of the red colour into the yellow colour I am inclined to connect with the movement started by *Tsongkhapa*. Although this reformer only tried to replace the red colour of the lama's robes by the yellow one, the idea seems to have developed, that the red colour is not a holy colour at all, and ought to be exchanged for the yellow one. It is not only the system of colours, but a great many other instances, which speak in favor of a greater antiquity of the Tibetan version of the Saga. At the present time a number of Russian folklorists show a tendency to derive European folklore from that of the Mongolians. Perhaps they are right; but many Mongolian tales seem to have their prototypes in Tibetan tales. That even in Tibet we are probably not yet at the fountain-head, I have mentioned already.

them for his parents. According to his prayer the well of nectar appeared underneath the thrones, surrounded by fruit-trees of all kinds.<sup>1</sup>

## 4.

Agu *dPalle* had tied a stone to the ear of one of his goats to be reminded of *dBangpa rgyabzhin's* promise. He forgot all the same; but when his wife was milking the goat, and the stone hit against the goat's cheek, so that the goat shied and spilt the milk, he knew again and started for the upper kingdom of the gods. The king of the gods was lying in the sunshine. After *dPalle* had saluted him with due respect and offered a white riband, he asked if not a horse could be sold to him. This was not the case, but he received a golden fish as a *bakhshish*.

Then he went to the lower kingdom of the *Nāgas* and found King *lJogpo* lying in the sunshine. To him also a white riband was offered, and *lJogpo* was asked if he could not sell a horse. This was not the case, but Agu *dPalle* received a turquoise fish as a *bakhshish*.

Now *dPalle* went to the firm place in the middle, offered a white riband to mother *sKyabs bdun*, and asked her if she could not sell him a horse. She said, yes, if he would pay 4 Rs. 8 Annas for each little hair of the horse. *dPalle* said that he had been a shepherd of goats, sheep, horses, yaks and oxen in *gLing*. Every one of those animals had become 100 through his care. All of these animals and as much silver as the mother would ask, he was ready to pay for the horse *sNgorog pon pon*. Then he received the horse.<sup>2</sup>

Then Agu *dPalle* mounted the horse, girded a broken sword on his

<sup>1</sup> Here again, in the two hunting-tales, we have two parallel tales, probably belonging to two different versions, both of which are intended to show the meanness of *Don grub's* elder brothers. I wish to draw attention to the fact that the Kesar myths (and other folklore also) are very fond of showing the parallelism of three members not only in verses of three lines, but also in tales of three occurrences. Because both of my Sheh-versions of the Kesar Saga speak of a threefold contest of the sons of the King of heaven, it is highly probable that this Lower Ladakhi version also had the story of a threefold instead of a fourfold contest originally. The fourth tale of the contest is, however, the most important, as it belongs to that group of tales which tell of the turning of the hero's skin into steel and similar substances. Compare I. A., list of additions, No. V.

<sup>2</sup> Does this version of the Agu's purchasing a horse go back to the same source as the report of *Don grub's* obtaining his horse from his red uncle? (because mother *sKyabs bdun* also represents the red colour); both these stories stand in nearly corresponding places in the saga. Compare I. A. Springmyth, tale No. III, 22-25.—Here also *dPalle's* relationship to silver and the white colour (his white ribands) can be noticed. Compare I. A. Springmyth, tale No. VIII, 17-20.



loins and rode back to the country of the gods. There he met with *Don yod*, *Don ldan* and *Don grub's* sister who was on the top of the roof. He asked her, where the house of the king was. She answered: "What do you want to do with him? Go wherever you like!" The Agu said: "Do you know, who I am? The horse is *sNgorog pon pon*, the man is *dPalle rgodpo*, the sword is the sword 'stone-cutter.' This sword was hardened by placing it for three years in ice, water and in the ground. If you will not show me the house, I shall throw your upper half into the sky, and your lower half into the centre of the earth!" Then the girl ran away and told her father, who knew at once that the stranger was Agu *dPalle*. He went out and shook hands with the Agu. *dPalle* blamed him for having told lies, but again they agreed on sending *Don grub* after seven days.

## 5.

*Don grub* wished to have a look at the *gLing*-land, before going there as King Kesar. He took the shape of a beautiful bird and descended to Agu *Khrai mgo khru thung's* house. This Agu told his wife to bring out his bow and to make hot water ready for the soup, they were going to cook from the bird. But the bird flew away, leaving some dung. The other Agus were kinder, and Agu *dPalle* brought an offering of food and pencil-cedars. When *Don grub* arrived back in heaven, his father asked his opinion on the *gLing*-land, and *Don grub* answered that everything was alright, only Agu *Khrai mgo khru thung* was a bad man.

## 6 and 7.

Then *Don grub* asked his father how he could go to the land of *gLing* without a mother, castle, horse, brother, bow and arrow, kettle, goat, plough-ox, protecting god and goddess, and without a wife. The father said: "Your mother will be *Gog bzang lhamo*, your castle the *gLing*-castle, your horse *rKyang byung dbyerpa*, your brothers *γSer sbal* and *γYu sbal*, your arrow *lTong dKar*, your bow *Gyad γshu* of steel, your tool the 'Stone-cutter,' your spear *dPal jan*, your kettle *Zangsbu Kha yon*, your pot *Kha dmar*, your goat *Ra skyes skyes dmar*, your plough-ox *rKang dkar*, your protecting goddess *bKur dman rgyalmo*, and your wife will be 'áBrugmo.

The lives of the children of the king of heaven were bound to a cup of milk each. The king ordered his daughter to pour the milk out of *Don grub's* cup, and at that very moment *Don grub* died.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Here the tale of *Don grub's* death in heaven is entirely different from that of the *Shah*-version. The belief that the lives of the ogres are bound to certain things



Then a great storm went over the earth. At that time *Agu Pasang Idan ra skyes*<sup>1</sup> was weaving, and *Gog bzang lhamo* was turning her spindle; each of them had a cup of tea before them. Into the lady's cup fell a hail-stone, which the *Agu* advised her to eat, because it was a gift from the gods apparently. After that she was with child. When people began to say that King Kesar would be born to *Gog bzang lhamo*, her two younger sisters became envious. They secretly tied one of her pigtails to one of the iron hearth-stones and sent a goat into the room. Then they shouted: "Sister, turn the goat out of the room!" *Gog bzang lhamo* rose to do so, tore the pigtail off her head, and upset the milk. After that she got many ulcers.

On the day of birth the child cried from inside the mother: "I shall be born on the top of three hills. Go there and put up three stones and three beams, take coral sticks and pearl-white twigs and cover [the house] with roof-earth of butter and flour!" This the mother did, and it said: "I am not the deer of the hills! Go to three valleys, and build a similar house!" Then she was told to build another house on the shore of the lake, another one in the middle of the field; after that she was sent behind the door of her house, then to the elevated place in her house. Then the child threatened her to come out of her head, carrying away some part of the head. Again the child threatened the mother to come out between the ribs, or out of the sole of the foot. Finally the child told the truth, saying: "Bring an offering of food and pencil-cedar, together with me many creatures will be born!"<sup>2</sup>

At first sun and moon were born and went up to the sky, then the wild goat, who went to the rock; the lioness with the turquoise mane, who went to the glacier; the wild yak, who went to the

outside their bodies, was applied here to the lives of the gods. Because it will be interesting to compare the report of *Don grub's* outfit for the *gLing*-land with that of the Sheh-version, I shall give the latter according to my fullest copy of the Sheh-version in the appendix.

<sup>1</sup> *Agu Pasang Idan ra skyes* in his relation to Kesar's mother is the germ of that extremely comic figure, into which he developed in the Mongolian version, where he is called *Sanglun*. I have made special enquires about him; but according to the views of *Ladakhis* he has never been *Gog bzang lhamo's* husband, although he was often teased to have had something to do with her.

<sup>2</sup> For comparison I give specimen verses from the Sheh-version, which refer to the same scene, in the appendix. That the Sheh-versions also have slightly different creatures, is shown in the I. A. list of additions, No. 3. In the I. A. I made a mistake, saying, that all the creatures were born at the place where the little house was built. They were born in *Gog bzang lhamo's* house, and went through the window to the places prepared by the mother.

meadows; the eagle, who went to the top of the hill; the fish golden-eye, who went to the lake; the little bird, who went upon a tree; and all the treasures and the cattle, which *dBangpo rgyabzhin* had prophesied. After all this also a large head with a small neck, like a lizard, was born. The mother put some buckwheat-flour in its mouth, and a large stone on it. Then *bKur dmanmo* came. When she heard a voice without seeing a body, she asked the mother: "What sort of a child was born to you?" *Gog bzang lhamo* said: "Many creatures were born to me, but went out through the window. After all of them a lizard was born to me, who 'is now underneath the stone!'" *bKur dmanmo* scolded the mother and lifted the stone. Underneath it she saw the child which had taken the shape of the godly King Kesar.

## 8.

When the hail was falling, some hail-stones fell on the treasures and creatures, which *Agu dPalle* had brought from the castle *Paci dpal dong*. They all became pregnant together with mother *Gog bzang lhamo*. On the day of Kesar's birth also to these creatures children were born: To the pot with the red mouth—a pot with a long neck; to the kettle with the crooked mouth—a kettle with a broken mouth; to the white moon-axe—a steel-axe; to the many-coloured rope—a rope of a yard in length; to the white bag 'Hold thousand'—a bag of many colours; to the mare *Thsa lang*—*rKyang rgod dbyerpa*; to the *Dzo* with crooked horns—the *Dzo* 'White foot'; to the white goat—the goat 'Red neck'; to the sheep *Dromo*—the sheep *Porze*; to the ass 'Black with a white mouth'—a brown ass; to the white bitch—the yellow hound; to the black cat—a cat of many colours.<sup>1</sup>

## 9.

Then an offering was erected from the flour which had been given to the lizard, and *Ane bKur dmanmo* sang a lullaby and a hymn to the

<sup>1</sup> In the appendix two specimen verses, referring to the same scene in the *Sheh*-version, are given. That the list of creatures is not quite the same in both versions is proved by list of additions No. 2. (*Indian Antiquary*).

As we have seen, also the Lower Ladakhi version of the Kesar saga is in possession of two different tales regarding the population of the earth with animals, etc. Compare No. 7 and No. 8 above. According to No. 7 it is *Gog bzang lhamo* who produces everything; according to No. 8 it is the castle *Paci dpal dong*, which contained everything. Here we may either have two entirely different versions of the same tale; or one of them (perhaps No. 8) may belong to the ancient account of the first creation of the world, and the other (perhaps No. 7) may be the account of the re-creation and re-population of the world in spring every year.



land of the gods, the earth, and the land of the Nāgas.<sup>1</sup> Then she returned the child to the mother and advised her not to give the child into anybody's hands.

Agu *bKa blon ldanpa*, the son of the devil *lHa cin*, whose upper half was like a devil and whose lower half was like that of a man of *gLing*, said to all the *Sharrandre barandre* of the East that King Kesar of *gLing* was born to *Gog bzang lhamo*, and that they must bring him at once and throw him into the fire, because later on Kesar would do them great harm. Then the bad Agu went to the South.

Those *Sharrandre barandre* took the shape of lamas and went to *Gog bzang lhamo's* house. They accepted neither flour nor butter, but, asked for the child to teach it religion. They promised to return it after seven days. When they had gone, they called together all the boys, girls and smiths of *gLing* and told them to bring thorns, butter (for burning) and nails. After everything had arrived, the nails were fastened in four directions [to hold the ropes with which the child was bound], the thorns were thrown on a heap, and the child was placed in the middle of it. Then *Ane bKur dmanmo*, taking the shape of *dKar thigma*, went to see what was being done with the child. When she saw the child in the middle of the fire, she cried and said: "It is the custom of all men to give flour to beggars; *Gog bzang lhamo* gave the child instead. How shall I get the child back?" The child answered, that, although the stars were well protected by sun and moon, the young lions by the ice-lion, the young deer by the old wild goat, the little fishes by their parents, he had lost father and mother. "But the four chains are a sign, that the four *gLing* will be subdued by me. The fire only warms my hands, the butter serves to anoint them. Now look, my mother, and all you boys and girls of *gLing*! I shall throw the three *Sharandre barrandre* into the fire. I shall jump like a lion!" This he did, and all people ran away from fear. Then he and *dKar thigma* went home again.

Although it is quite in accordance with the general ideas of nature-mythology, that the sun, the moon, the rainbow and the cloud have children (because the sun of the second day may be called the child of the sun of the first day), the names of the children as given in No. 8: a pot with a long neck, a steel-axe, etc., look more like the names of practical instruments. This development from the parable to the practical implement which had been used for comparison, is not quite inconceivable, if we keep in mind that also Kesar probably was the personification of a power of nature, before he became humanized in the course of time.

<sup>1</sup> This very same hymn is sung at every wedding feast at *Khalatse*, when three pieces of the wedding cake are thrown towards the sky, over the earth and downwards.



Before the child was born to *Gog bzang lhamo*, she was smitten with leprosy. One day the child said to her: "If you wish to get your hair washed, you must not go to the house of another woman, but tell another woman to come here. Otherwise a thief might come, whilst I shall go for some wood. But the mother went to some other woman; and the child ran home at once, hid everything and put some grain mixed with sand on a broken clay-pot. Then he went to the hills for wood. When he came home with a load, he called his mother and blamed her for having gone away, because a thief had plainly come. "But now let me have some food!" As there was nothing else left, he asked his mother to parch the grain mixed with sand on his hand, for there was no other vessel. The mother proposed to use her own hand instead of the child's, and when hers was filled with the red-hot grain, he seized it and did not allow her to open it until she would tell him who was his father. The mother said that she really did not know, and that he had better go to the teacher *rTse dgu*, to ask him about it. Then he let her hand go. It had become one great burning wound; but when the child said *huka* and caressed it, it healed at once, and her body became entirely free from leprosy.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> It strikes me that *Gog bzang lhamo* is suffering from leprosy before and after the birth of those many creatures, and that she is healed by means of heat. This looks like a parable for snow being removed by the sun. But the story, as we have it now, is a little too full to be original in all its parts. That it is winter before the birth of Kesar, is indicated also by the fact that *dBangpo rgya bzhi* and *lJogpo* are lying in the sunshine. Ladakhis do that only during winter.

## APPENDIX TO ABSTRACT OF CONTENTS.

Specimen verses from the Sheh-version, which have not yet been quoted in full.

According to the fullest copy of the Sheh-version, *Don grub's* outfit for the *gLing*-land is the following:—

pha lha skyer rdzong snyanpo snams	Accept <i>sKyer rdzong snyanpo</i> as your paternal deity.
ma lha bkur dman rgyalmo snams	Accept <i>bKur dman rgyalmo</i> as your maternal deity.
thurru rkyang byung dbyerpa snams	Accept the foal <i>rKyang byung dbyerpa</i> ,
log ngo shespai rta zhid yin	It is a horse that always knows the way back.
'aphurla mkhaspai rta zhid yin	It is a horse that knows to fly.
sdigpai grigu sor ysum snams	Accept the knife 'three fingers long' for the sinful.
sdigpala btangbai gri zhid yin	It is a knife to stab the sinful.
sangs rgyas dunggi picag snams	Accept the shell-knife for Buddha,
sangs rgyasla btangbai gri zhid yin	It is a knife to stab Buddha. *
yzhu ni srin yzhu sngonmo snams	Accept the blue bow <i>Srin yzhu</i> .
mdā ni rang log thubpa yin	The bow, whose arrow flies back again.
srinpo thamskad btulzana	When subduing all the ogres,
srinmo thamskad grogsa 'agug	Call the female ogres to thy help.
bya Khyung krung nyima btulzana	When subduing the bird <i>Khyung krung</i> , the sun,
byamo dkarmo grogsa 'agug	Call the white bird (the moon) to thy help.
hor gur dkar rgyalpo btulzana	When subduing king <i>Gur dkar</i> of <i>Hor</i> ,
mgar rtse chos sgrol grogsa 'agug	Call the smith's lady <i>Chos sgrol</i> to thy help.
'adre lha btisan bog btulzana	When subduing 'a <i>Dre lha btisan bog</i> ,

\* For men, who do not wish to meet with a statement of adversity to Buddhism in the Ladakhi Kesar myths, it is most easy to say that such lines were simply invented by Mr. Francke. Here you have Buddha again. The above song was dictated by Zarra, daughter of Natshab Ali, of Sheh. She is still alive and young, and may be examined by everyone who takes an interest in the Kesar saga.

dzemc 'abamza 'abum skyid grogsla	Call <i>Dzemo 'abamza 'abum skyid</i> to
'agug	thy help.
Ron btsan khromo btulzana	When subduing <i>Ron btsan khromo</i> ,
shel lcarn 'aBrugmo grogsla 'agug.	Call the crystal wife 'a <i>Brugmo</i> to
	thy help.

Specimen verses from the birth story according to the Sheh version, list of additions No. 3:—

The child says from inside the mother; according to MS. I:—

Amala skyé skyé ní	Being born to the mother,
nám stod mthóla skyé yin	I shall be born on the high zenith
námstodla skyéces ní	[Although] being born on the high
	zenith,
nyi zla ynyísco ní nga mán	Yet I am not sun and moon.

And so on through all the different creatures.

Or according to MS. II:—

Ngá 'adirú mi skyé	I shall not be born here,
ríi mgóru skyé yin	I shall be born on the top of the hill.
ríi mgóla skyéste	[Although] being born on the hill-
	top,
sháva ridvags ní nga mán	Yet I am not a deer.

And so on through all the different creatures.

Specimen verses from the birth story according to the Sheh version, list of additions No. 2. When the hail came, *Agu dPalle* said:—

mi tshangmas kha shor rgyabs	All men ran away,
gogza lhamo shulla lus	<i>Gog za lhamo</i> remained back,
dPalle nga mi 'adug ltala chen	I, <i>dPalle</i> , am not [at home], I
	shall go to look [after her].
rta tshangmas kha shor rgyabs	All horses ran away,
rgodma tshalangs shulla lus	The mare <i>Tsha langs</i> remained
	back,
dPalle nga mi 'adug ltala chen.	I, <i>dPalle</i> , am not [at home], I
	shall go to look [after her].

And so on through all the different creatures.

#### VOCABULARY AND COMMENTS.

##### 1.

རྩོལ། *rnoi*, = *snol gyag*, a fight.

ཕེད། *phed*, = *phyed*, half.



པི་ཐོག། *phithog*, = *phyithog*, evening.

གཡོག་ཅམ། *gyogcas*, to cover; here in the sense 'to spin,' cover the spindle stick.

ང་རི། *ngari*, = *ngaranggi*, my.

ར་ཡུག། *rayug* = *ra dbyug*, sling to throw stones at goats.

བོང་མགིལ། *bong mthil*, sling to throw stones at donkeys.

ཁྱི་ལྷག། *khyi ljag*, sling to throw stones at dogs.

འཇུག་མ། *'ajugma*, or *'ajugring*, oblong.

ཏུམ་པ། *ltumpa*, piece, fragment.

བར་བཅན། *bar btan*, 'the firm place in the middle,' the earth.

ཨ་མ་སྐབས་བདུན་མ། *ama skyabs bdunma*, mother 'seven helps'; name of the goddess of the earth, instead of *bdunma*, *mdunma* also occurs.

ལྷོགས་པོ། *lJogspo*, is probably *lOogpo*, the 'lower one'; name of the king of the *nāgas*. An exactly parallel case is *ljam* instead of *lcam* for 'sponse.'

སྒྱེར་རྫོང་སྙན་པོ། *skyer rdzong snyanpo*, the 'well-sounding (speaking) companion of men'; a name of the father of the gods.

བཀུར་དམན་གྲུལ་མོ། *bkur dman rgyalmo*, the 'respectable godly wife.' Name of the mother of the gods.

དཔལ་མཐི་ཨ་སྒྲུག། *dpalmai astag*, 'the glorious village'; *astag* is probably the same as *asta*, a part of the village.

སྤྱི་ཅུ་རབས། *sbi chu rabs*, the ford *sBi*; name of the principal of fords; *sbi* is probably *spi* or *spyi*, principal. This ford and the village were probably forgotten in the account of the creation of *gLing*, see fasc. No. 1.

སྤྲོ་ཐོ། *spro tho*; here the name shows an *r* in addition, it seems to mean 'high joy.'

ཤེལ་ལྷུ་མ་འབྲུག་ལུ་མ། *shel ljam 'abruguma*, (*ljam = leam*), the crystal wife 'a*Bruguma*. It is interesting, that here the name appears again in the form of 'a*Bruguma*, instead of 'a*Briguma*. My translation of this name as 'little grain' or 'seed' is not so very improbable, if we consider, that *Dong ysum nila* also originated from the grains of the tree.

ལྷེས་མཁར། *ldem mkhar*, is said to be the store-room of the castle, (where all the treasures brought from *dPal dong* castle were stored up).

ཅུ་ཅུ་ལུ་གུ། *curulugu*, name of the giant (devil) in the north.

## 2.

གཤང་མ། *ysangma*, meal.

ཉི་རང། *nyerang*, = *nyidrang*, you, respectful address.

འཐམ་མོ། 'a*thammo*, = 'a*thabmo*, fight.

མེན་ན། *menna*, = *ma yinna*, if this be not [the case].

བཞང་ས། *bshangs*, = *bzhengs*, rise.

ཡོད་པེན་བ། *yodpinba*, was; the termination *ba* is used here in similar sense as the emphatic article.

བཏང་ཆད། *btang chad*, a promise to give.

རྟག། *drag*, Lower Ladakhi for *rag*, to feel, perceive.

## 3.

རྒྱལ་ཡོག། *rgyallog*, win; another case of the present tense in *og*.

རྟོ་ཅོ། *tongtee*, = *dong*, quiver.

རིའུ། *diu*, arrow-blade.

སྐར་ཅས། *skarcas*, to put on; (the arrow-blade on the arrow-stick).

བསག་ཐུག། *bsag stag*, = *bsag sdag*, quiver.

བསྐྱུ་ཅས། *bsducas*, = *sdudpa*, collect.

ཡོངས་པ། *yongspa*, came; the participle alone is used here to express the past, as has been the case in other sentences also.

ཉུང་དྲཀར། *nyung, dkar*, = *yungs dkar*, mustard.

སྒྲུག་པ། *srappa*, = *sregpa*, partridge.

ཁྱིམ། *khyezha*, = *khyed cag*, you.

རྩལ་ཅས། *rtsalcas*, seek; compare perfect tense of '*athsolba*. The *r* may be due to the *b* of the forms *btsol* and *btsal*.

དེ། འདི། *de*, '*adi*, that, this; these pronouns are always placed before the word to which they belong, contrary to the usage of Central Ladakh. They are often furnished with the termination of the genitive. The latter I have taken off again, because the spoken language does not confirm this usage of the genitive.

ཁྲ་ཐུག། *khra-sug*, = *khra-bo*, many-coloured.

དོན་དག། *don tag*, = *don*, meaning, business.

སྒྲིབ་ཅིག། *sribcig*, suddenly, a short time; *srib* means 'darkness,' originally. The above meaning of *sribcig* is to be explained in this way. When the eye is covered by the eye-lid, it is dark for a moment. Thus it means literally, 'within the twinkling of the eye.'

བ་ཏྲག། *batrag*, = *bathag*, root.

སྒྲ་སྒྲོགས། *snasogs*, = *sna thsogs*, different.

བསད་ཅེས་བ་སང། *bsadces pasang*, 'better than killing'; this comparative in *pasang* seems to throw some light on the development of the comparative in *sang*. Here '*ang*, also, may have been added to the comparative in *pas*. Then the first part of the ending *pasang* was lost and *sang* only remained.



ཟག་ཟག། *zag zag*, rough, uneven, (like a rasp).

སྤགས་པ། *spagspa*, = *pagspa*, skin.

མེན་ནི། *menne*, = *ma yinnas*, besides.

ཡུ་པོ། *upen*, a high monarch.

ལངས་བྱ། *ldangsbu*, throne; perhaps related to *yden*, throne.

རྩུངས། *suncas*, surround.

ཨ་མ་བིདི། *ambiti*, all sorts of fruit.

ཕུ་ལུ། *phrulu*, fruit.

སྒྲ་མི་སྒྲ་ཚང། *na mi na thsang*, very different.

ཏུ་ཡུ། *huyu*, exclamation to express tiredness.

## 4.

ཅ་རག། *carag*, a stone which is fastened to the ear of a goat or sheep, to remind you of a certain thing; like the knot in the handkerchief.

ལྷ་ས་མཁན། *ltsangmkhan*, beggar.

རིམ་བ་བཞིན་དུ། *rimpa bzhindu*, slowly.

སྐྱུ་ཅེས། *eguces*, to bow.

ལས་བཅུགས། *lam beugs*, bakhshish; literally 'to put [you] on the way.'

ཉག། *nyag*, each single one.

ཞེ། *zho*, means  $6 \times 12$  annas, i.e.,  $4\frac{1}{2}$  rupee, so I am told.

སྒྲོ་རྩེ་ག་པོན་པོན། *sngo rog pon pon*, 'blue black with a curled mane,' name of dPalle's horse.

ཇག་པོ། *chagpo*, broken ; adjective formed from 'achagpa.

ཆོན་ཅན། *chon chan*, in vain.

$\left\{ \begin{array}{l} \text{གངས་ངར། } \textit{gangs ngar,} \\ \text{ཆུ་ངར། } \textit{chu ngar,} \\ \text{ས་ངར། } \textit{sa ngar,} \end{array} \right.$	}	the sudden placing of hot iron into ice, water or earth, to harden it.
---	---	---

ཁ་སྒྲེ་ཅེས། *kha skyeces*, = *kha kyece*s, to scold.

ལག་འཕྲད། *lag 'aphrad*, shake hands; this is not a Tibetan custom ; but is observed in Purig and Baltistan.

བྱང་སྟེན། *btangstena*, giving ; in Lower Ladakh we often meet with an additional *na* after a gerund.

## 5.

ཏྲ་སྐོར། *lta skor*, go about to see something.

ཁྱུང། a short yard ; occurs in the name of the falcon ; it seems to indicate that the bird is not quite of the size of a yard.

As will have been noticed, the dialect of this version is not always pure. Lower Ladakhi forms which are at the base of the whole, are mixed with Central Ladakhi and classical forms. This was apparently done with a view to let its language appear a little more cultured.

རྩོུག། *rdo ltog*, a pot made of serpentine stone.

ཀོལ། *kol*, imperative tense of *bkalces*, to load.

གཞིན་མད། *γzhidmad*, = *γzhismad*, wife, family.

ཀལྲེར། *kalcor*, the little pieces of butter which are smeared round the rim of a beer-pot, to honour a guest.

རོན། imperative tense of *rances*, to smear, to direct ; perhaps related to 'adrenpa.

## 6.

དཔལ་ཇན། *dpaljan*, = *dpalcan*, having glory.

ཀེར་ཟོང། *Ker zong*, = *skyer rdzongs*; name of the father of the gods, who often officiates as a paternal deity only.

Do the different names of the same god develop into different gods?

ཁ་བྱུབ། *Kha zub*, or *kha sbub*, = *kha bub*, with the mouth turned downwards.

དེན་ན་ས་ལ། *denna mala*, in that very same moment.

## 7.

སེར་རུ། *seraru*, = *serba*, hail.

ར་སྟེས། *ra skyes*, instead of *ru skyes*; *rva* has become divided into two words, *ra* and *ru*, both meaning the same.

པུ་རི་འཁུལ་ཅས། *puri* 'athulcas, to work with the shuttle.

ཁྲུ་ཅས། *khruças*, = 'akhrudpa, wash.

སྟེན། *skyen*, = *skye yin*, will be born.

ཏོ། *towa*, or *to*, exclamation.

གཤ་ཆད། *gral chad*, roof-laths.

སྟོལ་བ། *sbilab*, perhaps *spyilab*, twigs of the Tibetan roof.

སྟེར་ཅས། *skyorcas*, put up in a circle.

ཐོག་གཤ། *thog grab*, twigs of the roof.

ཞིང་གི་མ་། *zhinggi ama*, 'mother of the field,' name of the lark.

རྟག་རྟག་པ། *rtagtagpa*, the elevated place in a room.

རྩ་གས། *rtsigma*, *rtsibma*, rib; but in the next line there is *rtsib sha*, flesh near the ribs.



མཚོས། *mtshom*, = *mtsho*, lake.

སྒྱིན་ཆེན་བ་གན། *skyin chen ba rgan*, the 'big' wild goat, the old ox, name of the wild goat, born to *Gog bzang lhamo*.

སང་གི་གཡུ་རལ་ཅན། *sengge gyu ral can*, the 'lion with the turquoise locks'; name of the lion, born to *Gog bzang lhamo*.

འབྲོང་ཆེན་མམ་བ། '*abrong chen khamba*, the 'large and brown wild yak'; name of the yak, born to *Gog bzang lhamo*.

བྱ་རྒྱལ་གློང་བོ། *bya rgyal rgodpo*, the 'wild bird king'; name of the eagle, born to *Gog bzang lhamo*.

ཉ་མོ་གསེར་མིག། *nyamo yser mig*, the 'fish golden eye'; name of the fish, born to *Gog bzang lhamo*.

## 8.

མ་འཇོད། *ma 'athsad*, the measure not being full; in classical language *ma zadde*.

ཚིག། *tsig*, air-brick.

སྒྱེ་རིང་ས། *skye rings*, 'long neck'; name of the pot, born to *Degbu kha dmar*.

ཁ་ཇོད། *kha chod*, 'broken mouth'; name of the kettle, born to *Zangsbu kha yon*.

སྒྲེ་པོ་རང་ཇོད། *stepo rang chod*, the 'axe cutting by itself'; name of the axe born to *stari slaba dkarpo*.

ཐག་བྱ་བྱ་གང། *thagbu khru gang*, the 'rope one full yard [in length]'; name of the rope, born to *thagpa rgya stag*.

ཕད་ཁ་བོ། *phad khrabo*, the 'many-coloured bag'; name of the bag, born to *sGyemo dkarmo stong shong*.

རྒྱུང་གློང་དབྱེར་བ། *rkyang rgod dbyerpa*, 'the genuine wild kiang,' name of Kesar's horse, born to *Thsa lang*.

མཛོ་ཕོ་རྒྱང་དཀར། *mdzo pho rkang dkar*, the 'white-footed Dzo'; name of the Dzo, born to *m Dzomo ru yon*.

ར་སྦྱིས་སྦྱི་དམར། *ra skyes skye dmar*, the 'kid red-neck'; name of the kid, born to *Rama dkarmo*.

ལུག་པོར་ཟེ། *lug porze*, the 'sheep golden mouth'; name of the sheep, born to *Lug dromo*.

བོང་བྲ་ཁམ་བ། *bongbu khamba*; the 'brown donkey'; name of the donkey, born to *Nagpo kha dkar*.

ཁྱི་ཕོ་གསེར་ལིངས། *khyi pho yser lings*, the 'golden hound'; name of the dog, born to *Khyimo dkarmo*.

བིལ་ཁྲ་སུག། *bila khra sug*, the 'many-coloured cat'; name of the cat, born to *Bila nagpo*.

## 9.

ལྷ་ཕྱུག་ཀུན། *lha phrug kun*, the children of the gods; although only one child is born, the plural sign *kun* is used. Should this be a sign of respect?

ཚོ་ཅོ། *thso jo*, aristocratic offspring.

འཁུར་རེན། 'akhurrena = 'akhurcesna, in carrying [the child].

གསོལ་ལོ། མཆོད་དོ། *gsollo, mchoddo*, the addition of *o* in both words is due to the tune of the song.

འདོམ་བ། 'adompa, dangerous.

In the MS. the gerund in *bai* is often used, which I have not yet observed in ordinary language. In some places I have changed it to *bas*, in others I have crossed it out.

ཤར་རན་བློ་བ་རན་བློ། *sharrandre barandre*, this is the Lower Ladakhi pronunciation of *sharri andhe bandhe*. In many cases a distinct *r* is sounded after dentals in Lower Ladakh in such words which do not suggest any *r* in Central Ladakh.—A *bandhe* is a lama who has not yet been to Lhasa.

བདུད་ལྷ་ཅིན། *bdud lha cin* (perhaps *ycin*); the 'devil, urine of the gods'; name of a devil, *bka blon ldanpa's* father.

སྙད་བཅོལ། *snyad btsol*, temptation, attempt.

ང་ཅ། *ngaca*, we; Lower Ladakhi for *ngacag*, *ngasha*.

སྒྲིལ་ཅེས། *skylces*, to detain, hinder.

པ་ཇིག་ས་མོ། *yzigmo*, spectacle.

ཅེན། *chen*, will go; termination of the future tense; the MS. often has *cen* instead of *chen*. I am inclined to believe that these two terminations have to be differentiated, *chen* = *cha yin*, will go, is the termination of neuter verbs. *Cen* is probably contracted from *beo yin*, will do, and is the termination of active verbs.

སྤུན་ཅེས། *sunces*, to long after.

ལག་སྦྱད། *lag skud*, smearing the hand [with oil.]

As regards the number of the *Andhe bandhe*, we find three as well as seven in the same version.

## 10.

འཁྲུསྟེན། *'akhrustena*, when you will get your hair washed.

ལྷ་ཅས། *lhacas*, to plait; from *sleba*.

ལོག་པ། *logpa*, the goat-skin, worn by men and women.

ཀག་ཆག། *Kag chag*, potsherd.

ཏ་ས། *hasa*, tender.

ནལ་ལ། *nallu*, = *nalbu*, = bastard.

ཆོལ་སྒང། *chol sgang*, a wound caused by fire.

འགོ། *'agro*, = *dro* of the dubitative voice.



དེ་ནས་ཨ་མ་ལ་གིང་རེ་དང་ཅུ་རེ་ཁྱོད་ཕྱེ། སྤྱ་གུ་དེ་མེ་མོ་ཁྱོད་པོ་ན་  
 ཅི་དགུ་ལ་ཨ་མ་ལ་འདྲི་བ་ལ་སོང། མེ་མོ་ཁྱོད་པོ་ན་ཅི་དགུ་ས་མི་མང་པོ་ལ་རིའི་རྩ་  
 ང་བཅུག་གིན་ཞིག་ཡོད་ཚུག། དེ་མི་ཀུན་ལ་མེ་མས་ཟེར་ས། འདི་རིང་འདི་  
 ཅུ་མི་ཞིག་ཡོད་ཆེན། ཁྱོད་ཅང་ས་ཟེར་བ། འདི་རྩ་ཡོད་བཅུག་ཟེར་དེ། མེ་མོ་  
 མཚམས་ཁང་ལ་ཡོག་ཕྱེ་སོང་བ་དང། དེ་སྤྱ་གུ་དེ་ཅུ་རྩ་ལ་ཅུ་བསྐྱེད་བ།  
 མི་ཚང་མས་ཟ་ཅེས་ཟ་འདྲ་ཚུག། མི་ཚང་མས་ཁྱོད་ཟ་ཅེས་ཁས་བྱ་རེ་བ་དང་ས་བ།  
 ཁྱོད་ཟ་ཚུན་བཏང་ངོན་ཞིག་སྤྱ་གུ་མང་ས་ནང་དུ་སྤྱ་ས་ཏེ་བོར་ས། སྤྱ་གུ་ས་གསེར་སྤྱང་  
 ཞིག་ལ་སྤྱད་པ་བཏགས་མེ། སྤྱར་བཅུག་གིན་ཞིག་བོར་ས་བ། དེ་མི་ཞིག་གིས་  
 ཟེར་ས། གསེར་སྤྱང་བོང་ས་གཅིག་འཁུར་ཡིན་ཟེར་ས། སྤྱ་གུ་ས་སྤྱང་བྱ་  
 འབྱད་དེ་ཆ་ན། ཁྱོད་ལ་འབྱ་ཡིན། སྤྱང་བྱ་ཕྱོར་ན། ངས་འབྱ་འཁུར་  
 ཡིན་ཟེར་རེ། ཁྱོད་ཉན་ཏེ་ཁྱོད་ས་བ། སྤྱང་བྱ་ཕྱོར་སོང། དེ་ནས་སྤྱ་གུ་ས་  
 སྤྱད་བཏང་ཕྱེ་ཟེར་ས། སྤྱ་འདི་ལྟར།

ཁྱོད་མ་ཁྱོད་འདི་གསེར་སྤྱང་དེ་ཁྱོད་ལོ།

ཁྱོད་མ་ཁྱོད་འདི་གཟུ་སྤྱང་དེ་ཁྱོད་ལོ།

ང་ཐང་ལ་ཆ་ན་ཀྱང་མོད་དབྱེར་པ་ཡིན་ལོ།

ང་སྒོ་མ་པ་རིག་ཆ་ན་ཨ་རག་བཏུད་ཅི་ཡིན་ལོ།

ང་ལྟོགས་པ་རིག་ཆ་ན་ཞིས་ཟག་མང་ར་རྩ་ཡིན་ལོ།  
 ང་ལྟོགས་པ་རིག་ཆ་ན་སི་རྩ་ན་གླིང་བྱ་རིག་ཡིན་ལོ།  
 ངའི་གསེར་སྤྲང་མ་ཁྱོང་ན་ང་ཁྱོ་རང་ངའི་ཙ་ཤི་ཡིན་ལོ།  
 ངའི་གཡུ་སྤྲང་མ་ཁྱོང་ན་ངའི་སྟོག་ཁག་བཀལ་ཡིན།

དེ་ཟླ་ཟེར་ཏེ་མི་དེ་གོང་ཙ་འཕམ་སྟེ་འཛོང་སོ་བཏངས་པ། མི་ཚང་  
 མས་ཟེརས། ཁྱོ་རང་ལ་ང་ཞས་ཟ་ཅེས་མང་པོ་བཏངས་པ་ཡིན། དེ་ཚང་མ་  
 ལོག་སྟེ་ཏོང་ཟེརས་པ། ཁྱོས་སྤྱ་ཐུངས་སི་ནང་ནས་ཟ་ཅེས་པོང་སྟེ། ཚང་མ་  
 ལ་རང་རང་གིས་བཏངས་མཁན་གྱི་ཁག་བྱ་རང་རང་ལ་ལོག་སྟེ་བཏངས། དེ་ནས་  
 མི་ཚང་མ་ལ་ཟེར་ཐབས་ཅང་མ་ཡོངས་པ་སང། སྤྱ་གུ་དེ་ལ་ཚང་མས་རྩ་ཟེར་ཏེ།  
 ང་ཞལ་མེ་མེ་སིས་ཆང་ཟ་མ་ཞིག་དང་ར་ཐོང་ཞིག་འཁྱོང་ཅན། དེ་ཁྱོ་རང་ལ་  
 བཏང་ཡིན་ཟེར་ཏེ་ཁ་ཆད་བཅོས། དེ་ནས་ཚ་བོག་འགོར་ཏེ་ན། མེ་མེ་སིས་  
 ཆང་ཟ་གཅིག་དང་ར་ཐོང་གཅིག་ཁྱོངས་པ་སང། དེ་སྤྱ་གུ་ལ་ཐོབ། མི་ཚང་  
 མ་ལ་ཟ་ཅེས་ཏུ་ཐུན་སོང་སྟེ། ཙ་ར་མ་ཐུབ་པ་ལུས་སོང། དེ་ནས་སྤྱ་གུས་ཙ་  
 ལུས་ན། ཁྱོང་ལ་མེ་མེ་སི་ཁ་སྟེ་ཡིན། ཁྱོང་སྟོག་པ་བསམ་སྟེ། སྟོན་ལས་  
 བཏབས། ཙ་ཁྱུ་ལ་ལི་ཁ་ཚང་མ་ར་སྟེ་རྩང་པོ་ལ་སྤྱ་བཅུག་སྟེ་མེ་མེ་ཁ་ཐོག་ལ་  
 འདྲིན་ཏེ་བསྟེན་བཅུགས། དེ་ནས་མི་ཚང་མ་ལ་མཚན་སོང་སྟེ། མང་པོ་  
 འཕད་སོང། སྤྱ་གུས་ཆང་དེ་མཐུངས། ར་ཐོང་དེ་བྲིད་དེ་མེ་མེ་མཚན་སྤང་  
 གི་དཀར་ཁུང་མདུན་ལ་སོང་སྟེ། མེ་མེ་ལ་མཐོང་བཅུག་སྟེ། ར་མ་བསམད་པ་  
 གི་པོངས་པས། མེ་མེ་ལ་མཐོང་སྟེ་ཟེརས། སྤྱ་སྤྱ་གུ། ཁྱོ་རང་གིས་ར་མ་  
 བསམད་ན། ངའི་མདུན་ལ་མ་བསམད། སྤྱ་གུ་ལ་འཁྱོར་ཏེ་སོད་ཟེརས་པ།

སྤྱ་གུ་དེས་ཟེངས། མེ་མེ་རང་གིས་ངའི་ཨ་བུ་ཕྱོན། ངའི་ཨ་བུ་ས་བསྟན་ན།  
 ར་མོང་དེ་མེ་མེ་རང་གིས་དུན་ལ་བསད་ཡིན། ང་ལ་མི་ཚང་མས་ཨ་བུ་མེད་  
 མཁན་ནི་ནལ་བྱ་ཟེང་འདུག་ཞུས་པ། མེ་མེས་ཟེངས། ཁྱོད་རང་གི་ཨ་བུ་ངས་  
 མི་ཤེས། བྱང་ཆེན་མོ་ཞིག་གི་ཁ་ཐེ་ཡོར་དཀར་ནག་དམར་གསུམ་ཡོད། ཁྱོད་རང་  
 དེར་སོང་ཕྱི་ཐེ་ཡོར་ལ་འདྲིས། དེ་ཐེ་ཡོར་གྱི་ནང་ནས་དབུགས་མེད་ཀྱི་སྤྱ་བྱང་  
 སྤྱ་ཁྱོད་རང་གི་ཨ་བུ་བསྟན་ཡིན་མོལ་པ། སྤྱ་གུས་ར་ས་ཕུད་དེ། བྱང་ཆེན་མོ་  
 ཡོད་ས་ཐུ་སོང་པ། དེ་ཐུ་མེ་མེ་སྤོན་ལ་སོང་ཞྱེ། ཐེ་ཡོར་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཞུགས་  
 ཕྱི་འདུགས་པ། སྤྱ་གུ་དེར་བསྐྱེད་སོང་། འདྲིས་པ། སྤྱ་འདི་ལྟར།

བྱང་གི་བྱང་ཕྱོད་ན་ཐེ་ཡོར་དཀར་པོ་ཁྱོད་ཉོན་དང་།

བྱང་གི་བྱང་དཀྱིལ་ལ་ཡོད་པའི་ཐེ་ཡོར་དམར་པོ་ཉོན་དང་།

བྱང་གི་བྱང་མཐུག་གི་ཐེ་ཡོར་ནག་པོས་ད་དངོས་ལ་ཉོན་དང་།

ང་ནི་པ་མེད་སྤྱ་གུ་ཞིག་ཡིན་ཡོ།

རིའི་ཤ་བ་ཀུན་ལ་ཡང་ཨ་བུ་འདུག་ཡོ།

ཨ་བུ་མེད་པའི་སྤྱ་གུ་ཞིག་གར་ཡང་མེད་ཡོ།

ང་ལ་ཨ་བུ་མེད་པའི་ཁས་དམན་ཆེན་པོ་འདུག་ཡོ།

ངའི་ཨ་བུ་གར་ཡོད་བསྟན་ཅོགས་མཛད་ཡོ།

ཁོས་དེ་རྒྱལ་ཟེངས་པ་སང་། ཐེ་ཡོར་གྱི་ནང་ནས་གདམ་ལན་དུ་སྤྱ་འདི་ལྟར།

ཁྱོད་པ་མེད་སྤྱ་གུས་ངའི་དངོས་ལ་ཉོན་དང་།

ཁྱོད་པ་མེད་ཀེ་སར་གྱིས་ཐེ་ཡོར་ང་ལ་གསན་དང་།

ཁྱོད་རང་གི་ཨ་བུ་གང་གི་ཁྱང་པའི་སྤྱ་ལ་ཡོད་ཡོ།



པ་སང་ལྷན་ཅུ་སྐྱེས་ཁྱོད་དང་གི་ཨ་བ་ཡིན་པོ།

ཁྱོད་དང་མགོགས་པ་གང་གི་ལུང་པའི་ཕུ་ལ་སོང་པོ།

ཀེ་སར་ལ་ཨ་བ་མན་ན་མེད་པས། དེ་རྒྱལ་གི་རྩོན་བཏངས་པ་སང།  
 དེ་གང་གི་ལུང་པའི་དེ་རྩོགས་ཀྱི་རྩ་ཤིང་ནགས་ཚལ་ཚང་མ་ལ་སྤྱི་བ་ཅིག་ལ་མེ  
 བདུགས་ཏེ་སོང་སྟེ། ནག་པོ་གྱུར་སོང་། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་དེ་ནགས་ཁྱོད་  
 ཚང་མ་ལ་སྤྱི་བ་པ་ཚར་ཟེར་ས། འདི་རྩ་ཤིང་ནགས་ཚལ་ཚང་མ་སྤོན་མའི་  
 མཚོགས་སོང་ཤིག་ཟེར་ཏེ་སྤོན་ལས་ཞིག་བཏབས་པ། སྤྱི་བ་ཅིག་ལ་ཁོལ་བཏང་  
 སྟེ་སྤོན་པོ་སོང་། དེ་ནས་ཁོ་ལུང་པའི་ཕུ་ལ་སོང་པ་སང། པ་སང་ལྷན་ཅུ་སྐྱེས་  
 དེ་ཉིད་ལོག་སྟེ་ཡོད་ཚུག། ཁོ་མདུན་ལ་སོང་སྟེ། འདི་ཨ་བ་རྩུ་ལེ་ཟེར་ས་པ།  
 པ་སང་ལྷན་ཅུ་སྐྱེས་ཀྱིས་མིག་དེ་བཅུ་མ་སྟེ་ཟེར་ས། འ་ལ་ཨ་བ་ཟེར་མཁན་དེ་  
 སྤྱི་ཡིན། ད་ཚུག་པ་ང་ལ་བྱ་ཆ་ཞིག་མེད་པ། ཁྱོད་ག་ནས་ཡོངས་ཟེར་ས་པ།  
 དེ་རྒྱལ་ཟེར་ན་ཡང་། ཀྱི་སར་གྱིས་པ་སང་ལྷན་ཅུ་སྐྱེས་ལ་དབང་བཅོམ་སྟེ། ཤིང་  
 མང་པོ་ཞིག་བཀའ་ཏེ་སྤྲོ་ལོ་གཏག་སྟེ་ཁྱིད་དེ་ཁྱོད་སྟེ་ཁང་པ་ལ་བསྐྱེད་སོང་། དེ་  
 ནས་ཨ་མ་ལ། ཨ་མ་ལེ་འདི་ཨ་བ་ཐོབ་སོང་ཟེར་ས་པ། ཨ་མ་ཡང་འཐད་སོང་།

No. 2.

དེ་ནས་བྱ་ཚས་ཨ་བ་དང་ཨ་མ་གཉིས་ཀ་དྲི་མོ་དགུ་ཚོད་ཟེར་མཁན་གྱི་  
 ལུང་པའི་ནང་ལ་འབྱེད་ཏེ་ཨ་མ་ལ། འདི་ཨ་མ་ལེ། ཨ་བ་དེ་ཤོར་ཏེ་ཆ་མ་  
 བཅུག། ཟེར་ཏེ་ཁོ་དང་གླིང་ཡུལ་ལ་ལོག་སྟེ་ཡོངས་པ། གླིང་གི་དཔའ་པོ་  
 ཚང་ཀ་གླིང་ཡུལ་ལི་མཁར་དང་ཡུལ་ལི་ཞིང་ཚང་མ་རང་རང་ལ་སྒྲོ་ཅེས་སྤི་པ་  
 ལུང་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་འདུ་སྟེ་ཡོད་ཚུག། ཕུ་གུ་ལ་དེ་རྒྱལ་ཚོར་ཏེ། ཁོ་ཡང་དེ་

ལུང་པའི་ནང་ལྷ་ལ་སོང་བས། ཁྲི་མི་ལ་མི་ཤེས་ཅས་བཅོ་ལྔ། ལྷ་པ་པ་  
 ཞིག་བཅོ་ལྔ་སོང་། ཨ་གུ་དཔལ་ལ་དེ་ལས་ནད་ཞིག་ལ་ཞོན་དེ་ཆའད་ཚུག།  
 ཁྲི་མི་ཨ་གུ་ལ་ཟེར་ས། ཨ་གུ་ལེ། ཉི་རང་དྲ་ལ་ཞོན་དེ་འདུག། ང་འགྲུལ་  
 ཉིང་ལ་ཅེས་རག་ཟེར་ས་པ། ཨ་གུ་ས། ཁྲི་རང་ངལ་ན། ངའི་རྒྱལ་ལ་དེ་  
 ཁ་ཞོན་ཟེར་དེ་ཁོ་དྲ་ལ་འཕོངས་ལ་བཏང་ས། དེ་ནས་ཐུག་དེས་ཤིག་ཁྲི་ཚོ་གཅིག་  
 པོ་ལ་ལྟེ། ཨ་གུ་འི་གཟུགས་པོ་འི་ཁ་བཏངས་པ། ཨ་གུ་དེ་ལ་ཤིག་གིས་  
 ཟེས་དེ་སྒྲིན་པ་མཚལ་སོང་ལྟེ་ཟེར་ས། བླ་ཐུག་ག། ཁྲི་རང་རྒྱུ་དགོས།  
 ཤིག་མང་པོ་ཡོད་ཚུག། ང་ལ་མང་པོ་འབྱར་སོང་ཟེར་ས་པ། བདེན་བདེན་ང་  
 དཔལ་བ་ཅན་ལ་ཤིག་ཡོང་ཡིན་ཟེར་དེ་ཁོ་འགྲུལ་དེ་སོང་། དེ་ཟུག་གིས་དཔལ་  
 པོ་ཚང་མ་ཡོད་ས་ཏུ་བསྐྱེད་སོང་།

དེར་བསྐྱེད་ཟན། གཤམ་ཞིང་ཚང་མ་སྒྲོའད་ཚུག། ཁྲི་མི་ཨ་གུ་ཀུན་  
 ལ་ཞུས་པ། ཨ་གུ་ཀུན་མཁྱེན་ནོ། ང་ལ་ཡང་ས་ཁྱད་ཏུ་ཅན་ཞིག་བསྐྱལ་  
 དགོས་ཏུ་ཞུས་པ། ཨ་གུ་ཀུན་ནིས་གྲུབས་བཅོ་ལྔ་ཁོ་ལ་ཟེར་ས། ཁྲི་རང་ལ་  
 རོ་འབྱར་ཅེས་སི་རོ་སྒྲ། བག་མ་འབྱར་ཅེས་སི་བག་སྒྲ། སྒྲི་ཏུ་རབས་སི་  
 རབས་འགོ། གྲོ་མ་ཐང་གི་ཐང་འགོ་བཏང་ཡིན་ཟེར་ས་པ། ཐུག་དེ་འཐད་དེ་  
 ང་ལ་དེ་ཟུག་བསྐྱལ་ན་གྲིག། ཨ་གུ་པ་ཏུ་ཟེར་ས། དེ་ནས་ཞག་ཅིག་མི་ཞིག་  
 ཤིག་བས། ཁོ་དེ་ཏུ་སོང་ལྟེ་རོ་འབྱར་བའི་རོ་སྒྲ་ང་ཡིན་ཟེར་དེ། གོན་ཅེས་སོ་མ་  
 ཞིག་གོན་དེ་རོ་འི་སྒྲ་ལ་བྱུ་བཏང་ངོན་ཞིག་སོང་། དེ་ནས་མི་ཚང་མས་ཟེར་ས།  
 བླ་མོ་ངན་གྱི་སོང་ཐུག། ང་ཞ་ཚང་མ་ལ་མི་ཤི་ལྟེ་ཚར་ཀ་ཡོད། དེ་ཟུག་ཅིག་  
 མ་ཟེར་ཟེར་ས་པ། ཁྲི་མི་སྒྲུ་མང་པོ་བཏང་ས། དེ་ནས་མི་ཤི་མཁན་ནི་བདག་



བོས་ཁོ་ལ་ནོར་མང་པོ་བཏངས་པ། ཁོ་ཚུབ་བཅད་དེ་སོང། ཡང་ཞག་ཅིག་  
 བག་མ་ཞིག་འཁྱོང་རད་ཚུག། ཡང་ཁོ་དེ་རུ་སོང་མྱེ་བག་མ་འདི་སྤྲོན་ལ་ཅུ་འིན་  
 ཞིག་ཀྱ་ཙོ་བཏངས་པས། དེ་མི་ཚང་མས་ཟེརས། ལྷ་སོང་ན་ནི་སྤོང་ལྷུག།  
 དེ་རྒྱག་མ་ཟེར། བག་མ་ཞིག་འཁྱོང་ན། ཅེས་དང་ལྷུ་བཏང་ཅན། ཅུ་མ་ཅུ་  
 ཟེརས་པ། ཁོ་ཡང་ཐེབ་མང་པོ་ཅུས། དེ་ནས་ཡང་བག་མ་ཁྱོང་མཁན་ནི་  
 བདག་བོས་ནོར་མང་པོ་བཏངས་པ། ཚུབ་བཅད་དེ་འདུགས།

ཨ་གུ་ཁྲའི་ཐུང་དེས་གླིང་གི་མགོ་བཙོ་མྱེ། རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མ་དེ་ཁོ་  
 ལ་བག་མ་ལ་འཁྱོང་ཅས་ལ་གླིང་གི་དཔའ་བོ་ཚང་མས་གྲུབས་བཙོས། དེ་རྒྱག་  
 མོང་ན་སྤོང་ལྷུག་ལ་ཚོར་དེ། སྤོ་ཡོང་མྱེ། སྤྲི་ཚུ་རབས་ལ་སོང་མྱེ་སྤུང་མྱེ་  
 འདུགས་པ། ཞག་ཅིག་ཨ་གུ་ཁྲའི་ཐུང་དེ་ཞིག་ལ་ཞོན་དེ་ཡོང་ངད་ཚུག། ཨ་  
 གུ་ཚུའི་དཀྱིལ་ལ་བསྐྱེབ་པ་དང། ཁོ་མགོ་གས་པ་སོང་མྱེ་གོང་ཅ་ནས་རྒྱུ་མྱེ།  
 དེ་ཐོག་ནས་པབ་མྱེ། ཚུའི་དཀྱིལ་ལ་གནན་དེ་མང་པོ་དྲིངས། དེ་ནས་ཐ་མ་ལ་  
 བེང་མྱེ། ངའི་ཨ་གུ་ཁྲའི་ཐུང་ཡིན་ནོག། ང་ལ་མ་ཤེས་ཟེར་རིན་ཞིག་ཅུ་རྒྱན་  
 བཏངས། ཨ་གུ་ས་ཟེརས། ཁྱོད་ལ་མ་ཤེས་ན་ཁག་མེད་ཟེར་དེ་སོང།

## No. 3.

དེ་ནས་ཡང་ཁོ་གོ་མ་ཐང་ལ་སྤང་བ་སོང་མྱེ་འདུགས། ཞག་ཅིག་རྩོ་  
 རྩོ་འབྲུ་གུ་མ་དང་གཡོག་སོ་ཚང་མ་དེ་རུ་གོ་མ་འབྲུ་བ་ལ་ཡོངས། དེ་རུ་ཁོང་ཚང་  
 མས་གོ་མ་བྱས་པ། རྩོ་རྩོ་དང་གཡོག་སོ་ཀྱན་ལ་ཉུ་བྱན་དེ་ཐོབ་པ། མོང་ན་ནི་སྤོང་  
 ལྷུག་ལ་གོ་མ་འདི་དཀྱི་ཞིག་བེང་སོང། ཁོས་རྩོ་རྩོ་ལ་བལྟན་དེ། མོ་བཏངས་པ།



ཡང་གསེབས་ཏེ་ཡོངས། གཡོག་མོ་ཞིག་གིས་ཟེརས། ལྷ་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ལྷུག།  
 ང་ཞེད་ཆོ་ཆོ་ལ་མོ་ཞིག་བདེ་བ་བཅུག་ཟེརས་པ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ལྷུག་གིས།  
 ཏ་ཀི་ལ་མོ་ཆེས་ལུས་ན། དག་བཀལ་ཡིན་ཟེརས་པ། གཡོག་མོས། རྩོད་  
 མོ་ངན་ནི་སྤོང་ལྷུག་ལ་མོ་ཆེས་ལུས་པ་མི་དུག། ང་ཞེད་ཆོ་ཆོ་ལ་མང་ངམ་ལུས་  
 ཟེརས་པ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ལྷུག་གིས། ཡ་ཆོ་ཆོ་ལ། འདོན་འང་ཟེར་ཏེ་  
 བདངས་པ། ཆོ་ཆོས་མོ་བདེ་བས་པ། མ་གསེབས་པ་ཆེས་ལུས་སོང། དེ་ནས་  
 མོ་ངན་ནི་སྤོང་ལྷུག་གིས་ཟེརས། ཨ་ཏོ་ཏོ་ཆོ་ཆོ་ལ། ང་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ལྷུག་  
 ཡིན་ནའང་། ད་གསེབས། ཏེ་རང་རིགས་བཟང་ཆོ་ཆོ་ཡིན་ནའང་། ཏ་ཀི་ལ་  
 ཆེས་ཤིང་། ཏེ་རང་བས་སང་ང་རྒྱལ་ལ་སོང། ཨ་ཏོ་ཏོ། ཁྱི་ཐུག་ཁྱི་ལ་  
 བཤད་ཡིན། མི་ཐུག་མི་ལ་བཤད་ཡིན་ཟེརས།

ཆོ་ཆོ་མང་པོ་ཁྱེད་ཏེ་ཟེརས་པ། ལྷ་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ལྷུག། རྩོད་ང་  
 གིས་དེ་རྒྱག་མ་ཟེར་ཆུ། ཐོ་རས་ལ་ང་ཞེད་ཆོ་ཆོ་ལ་མུན་ཡོང་ཆེན། ཨི་མུན་ལ་  
 རྩོད་ང་ལ་ཐོ་ཡིན་ཟེརས་པ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ལྷུག་གིས་རྒྱལ་ཟེར་ཏེ་འདུགས།  
 ཐོ་རེ་རྒྱག་པོ་ཨི་མུན་གྱི་འབྲང་ས་ཤེས་ཏེ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ལྷུག་དེ་ཁང་པ་ལ་  
 སོང་ཏེ། སྒོ་རྒྱག་པོ་ལ་ཡིབ་ཏེ་འདུགས་པ་སང་། ཆོ་ཆོ་དང་གཡོག་མོ་ཆང་  
 མ་འཛོམས་སོང། ཆོ་ཆོ་འབྲུ་གུ་མས་ཟེརས་པ། ལྷ་ལ་དོ་བ་ཀུན། ང་དང་  
 ཆང་མ་འཛོམས་ན་སྒོ་སྒྲན་ཏེ་བཅུག། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ལྷུག་ཡོང་ཡིན། ཁྱི་མོ་ཚོ་ག་  
 པོ་བཅོ་རྒྱུག་ཟེརས་པ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ལྷུག་ལ་དེ་རྒྱག་ཟེར་ཅེས་ཤེས་ཏེ།  
 ཆོ་ཆོ་ལ་ཆུ། ང་འདྲིར་ཡོང་ཏེ་ཡོད་ཟེརས་པ། ཆོ་ཆོ་ལ་མ་ཆན་ཞིག་སོང་  
 ཏེ་ཟེརས་པ། ཨི་ཡོངས་ས། ང་ཞེད་ཆོ་ཆོ་ལ་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ལྷུག་ལ་བོས་པ། རྒྱལ་

ཟེར་རད་པ། མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གིས། ཡོ་མེལ་ལ་རག་ཆོ་ཆོ་ལེ་ུ། ཉི་རང་  
པ་ས་བཟང་བོ་འི་བྱ་མོ་ཡིན་པའི་སྤྱི་ཤང་བོ་ཞིག་འདུག་ཆོ་ཆོ་མཁྱེན་ཟེར་ས་པ།

དེ་ནས་ཁོང་ག་ཡངས་པ་བཅོའི་ན་ཞིག་འདུག་ས། ཚ་བྱིག་འགོར་ཉི་  
ཆོ་ཆོ་མགོ་ལ་བདུག་ཕྱེ་ཚང་མ་ཚོར་ལ་གཉིད་ལོག་ས་པ། མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་  
མི་ལྷ་ལ་བེད་ཕྱེ་ཡོངས། ཁྱིམ་མཚས་པ་ཞིག་ལ་བོང་བྱ་ཞིག་ཡོད་ཚུག། དེ་བོང་  
བྱ་ལ་ཀྱ་རྩག་སྤྱེ་ཅེས་ཡོད་ཚུག། དེ་བོང་བྱ་ལ་དོག་ཚོང་ཞིག་བཏང་ཕྱེ། ཀྱ་རྩག་  
འཕང་བཅུག་ཕྱེ་བོང་ཀྱ་རྩག་གི་མགོ་བཅད་དེ་ཁྱོང་ཕྱེ། ཁོ་ཆོ་ཆོ་ཡོད་པའི་ནང་  
ལ་སོང་ཕྱེ་ཚང་མའི་སང་མཆུག་ལ་ཡོད་མཁན་ནི་བྱ་མོ་ཞིག་གི་མལ་ཅི་ནང་བོར་  
དེ་མི་ལྷ་ལ་ཡོང་ཕྱེ། ནང་གི་དཀར་ཁུང་དང་སྒོ་བོ་གང་ཚང་མ་མི་མཐོང་ཅས་  
བཅོམ་ཕྱེ་བཀག་ཕྱེ་བོར་ས། ཆོ་ཆོ་དང་བྱ་མོ་ཚང་མས་ད་རུང་ནས་མ་ལངས་བསམས་  
ཕྱེ་འདུག་ས། དེ་རྩྭ་གིས་ཉི་མ་ཤར་སོང་། དེ་ནས་མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གིས་  
སྒོ་དཀར་ཁུང་བོ་གང་ཚང་མ་དུས་གཞིག་ལ་ཕྱེས་བཏང་ཕྱེ། ཁོ་ནང་མ་སོང་ཕྱེ་  
ཟེར་ས་པ། ལྷ་བསམས་པ་མེད་མཁན་ནི་ཆོ་ཆོ་ཚང་མ། ད་རུང་གཉིད་ལོག་ཕྱེ་  
ཡོད་ད། ཉི་མ་མེད་ཟམ་སོང་། ཉི་ཞེ་ལ་ལས་མེད་མཁན་དེ་ཡིན་ན། ང་ལྷང་  
མཁན་ཡིན་ནའང་། ཁྱོང་ཚང་མ་ལ་སོང་ཕྱེ། བེ་ཁྱོང་ཕྱེ་ཟེའི་ཟེའི་ཟེར་ས་པ།  
ཁོང་ཁྱེལ་ཁྱེལ་རིག་སོང་ཕྱེ། མཆུག་ནས་པར་ལ་ལངས་པ། མཆུག་གི་བྱ་  
མོ་འི་མལ་ཅི་ནང་ན་བོང་བྱ་ཀྱ་རྩག་གི་མགོ་ཞིག་ཡོད་ཚུག། ཁོ་ཁྱེལ་དེ་ལྷག་གི་  
བྱ་མོ་འི་མལ་ཅི་ནང་དུ་བཏངས། དེ་བྱ་མོས་ཡང་ལྷག་གི་བྱ་མོ་འི་ནང་དུ་བཏངས།  
དེ་རྩྭ་བཅོའི་ན་ཞིག་ཆོ་ཆོ་ཚུག་པ་བསྐྱེབ་པས། བྱ་མོ་ཞིག་གིས་ཆོ་ཆོ་འི་  
གཡོག་གོར་གྱི་ནང་ལ་བོར་སོང་། ཁོང་ཚང་མ་ལངས་ཚར་ཚར་ཚུག་པ་མོངན་



ནི་སྤྲོད་ཕྱག་བཟུ་ཕྱེ་འདུགས། རྩོམ་འབྲུག་གི་མ་ལངས་ཙམ་ན། གཡོག་གོང་  
 རི་ནང་ནས་ཀྱུ་རྩག་གི་མགོ་བོང་སྤོང་། དེ་ནས་མོང་ན་གྱི་སྤྲོད་ཕྱག་གིས་ཀྱུ་ཙོ་  
 བཏང་ཕྱེ་ཟེར་ས། ཡོ་ནོ་ནོ། འདི་རིང་རྩོམ་འབྲུག་གི་མ་ལོང་བུའི་མགོ་ཞིག་  
 སྤྲོས་ཏེ་ཟེར་ས། མི་དང་ཕྱག་ན་མི་ལ་བཤད་ཡིན། བྱི་དང་ཕྱག་ན་བྱི་ལ་  
 བཤད་ཡིན་ཟེར་ས་པ།

རྩོམ་འབྲུག་འཛིན་ཞིག་ཟེར་ས་པ། ལྷ་མོ་ལ་ནི་སྤྲོད་ཕྱག་ཅུ་ཅུ། དེ་རྩག་  
 མ་ཟེར། ཞག་བཟང་པོའི་ཞག་ལ་ལའི་གྲོགས་ཀྱང་ཞུ་ཅན། དེ་ཞག་ལ་བྱོ་རང་  
 ལ་ལང་ཞུ་ཡིན་ཟེར་ས། དེ་རྩག་གྲོགས་ཀྱང་ཞུ་ཅན་བཙོ་ཕྱེ་འདུགས། མོང་ན་ནི་  
 སྤྲོད་ཕྱག་གིས་ཀྱུ་རྩག་གི་ན་མཆོག་གཅིག་པོ་བཙད་དེ་ཁྱར་ཏེ་འདུགས། དེ་ནས་  
 ཞག་བཟང་པོ་བསྐྱེད་ཕྱེ་ན། ལྷ་མོ་གྱི་མི་ཞིག་གིས་ཚང་མ་ལ་སྐད་བཏང་ས། འདི་  
 རིང་རྩོམ་འབྲུག་གི་མའི་གྲོགས་ཀྱང་ཞུ་རྩག། སྤྲོད་གི་དཔལ་པོ་ཚང་མ་ཁྲོས་ལ་  
 ཡོང་ཟེར་ས་པས། མི་ཚང་མ་འདུས། ཡོ་གྱུ་ཁྲའི་བྱང་ལ་གསེར་ཁྲི་བཏང་ཕྱེ་དེའི་  
 ཁ་འདུགས། གཞན་མ་དཔལ་པོ་ཚང་མ་གཡུ་ཁྲི་དང་དུང་ཁྲི་ཁ་འདུགས།  
 མོང་ན་ནི་སྤྲོད་ཕྱག་དེ་ལྷང་ མཁན་ཚང་མའི་ མགོ་ལ་ཤག་གི་ཁྲི་རྒྱུ་ཕྱེ་འདུགས།  
 དེ་ནས་རྩོམ་འབྲུག་ མས་ ནང་ན་སྤྱུ་ལ་ མགོ་མ་ ཆབས་ ཀྱན་ལ་ཀང་ བསྐྱངས་ཏེ།  
 མཐོ་དགུ་མ་ཀ་ཕྱོར་རོན་ཏེ། ཁྱར་ཏེ་དར་དཀར་ཞིག་རིང་དུ། དར་དཀར་ཞིག་  
 བྱང་དུ་གོན་ཏེ་ཁྲོས་ལ་ཡོངས། དེ་ནས་ཡོ་གྱུ་ཁྲའི་བྱང་གི་མདུན་ལ་ཡོང་ཕྱེ་ཐུ་  
 འདི་ལྟར།

འདི་རིང་གི་ཞག་བཟངས་ལ་ནི་མོང་རི་གྲོགས་ཀྱང་ཞུ་ཡིན།

འདི་རིང་གི་སྐར་བཟངས་ལ་རྩོམ་འབྲུག་མོའི་གྲོགས་ཀྱང་ཞུས།



སྤྱུལ་མགོ་ཆབ་རྒྱན་ལ་མཐོང་གྲག་ཁྱེར་རོན་ཡོད།  
 སྤྱུལ་མགོ་ཆབ་རྒྱན་ནང་ཡང་དཀར་ནས་ཀྱི་གསུམ་ཆང་།  
 ཡང་དཀར་ནས་ཀྱི་གསུམ་ཆང་དེ་མི་ཆེན་ཁྱོད་ལ་ཞུས།  
 ཕྱག་ནི་ཕྱག་སོར་བཅུ་པ་དང་མ་ལེན་པ།  
 ཞལ་ནི་པདྨ་འི་མེ་དོག་དང་ཐུག་ས་བཅུག་པ།  
 རྩེ་མོ་དར་གྱི་མདུད་པ་དང་མ་བྱང་བ།  
 ཡོལ་མྱོང་གསེར་གྱི་བྱང་པ་དང་མ་མིད་པ།  
 སེམས་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་དང་ལེན་དེ་ས་ལ་ཤོབ།  
 ཆང་གང་དེ་དོན་དེ་ཆ་གང་དེ་མདུན་ལ་ཤོབ་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་དེ་ཨ་གྲུ་ཁྲའི་བྱང་ལ་ཆང་དེ་ཞུས་པ། ཁྲའི་བྱང་གིས་ཆབ་  
 རྒྱན་དེ་ལག་ལ་ལེན་དེན། མོང་ན་ནི་སྤོང་ཕྱག་མཐོང་ཕྱེ། ཡས་ཚན་སོང་ཕྱེ་ཆབ་  
 རྒྱན་དེ་ལག་ནས་འབྱུང་སོང་། དེ་ནས་ཀ་ཁྱེར་ཆང་མ་ཞིག་སོང་བས། ཇོ་ཇོ་  
 འབྲུ་གྲུ་མ་མགོག་ས་པ་ཁང་པ་བྱ་སོང་ཕྱེ་ཡང་ཀ་ཁྱེར་རོན་དེ་ཆང་བསྐང་ཕྱེ་ཁྲའི་  
 བྱང་ལ་མ་ཞུས། གཡུ་ཁྲི་མདུན་ལ་སོང་ཕྱེ་ཁྲོད་པོ་འི་དཔལ་ལེ་ལ་ཞུས་པ། ཁྲོད་  
 པོ་འི་དཔལ་ལེ་དང་ཡང་དཔལ་པོ་ཆང་མས་ཇོ་ཇོ་ལ་ཞུས་པ། ཇོ་ཇོ་ལེ། ཉི་  
 རང་གི་གོག་ས་ཆང་མཐུང་མཁན་ནི་མི་མེད་འགྲོ། ང་ཞས་མཐུང་མི་ཐུབ་ཟེར་དེ།  
 སྤྱུལ་ཀྱང་མ་མཐུངས་པས། དེ་རྒྱལ་གིས་མོང་ན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གི་མདུན་ལ་  
 བསྐྱེབ་པ། ཇོ་ཇོས་མ་མཐོང་རྩྭ་རྒྱུ་ཕྱེ་སོང་བ། མོང་ན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གིས་  
 ཇོ་ཇོ་ལེ། འདྲིར་གཟིགས་འང་ཟེར་དེ། ཀྱུ་རྒྱལ་གི་ན་མཚོག་དེ་བཙུན་ས་པ།  
 ཇོ་ཇོ་ལོག་ཕྱེ་ཡོང་ཕྱེ་ཁོ་ལ་གོག་ས་ཆང་ཞུ་བ་ལ་ཡོང་ཕྱེ་གྲུ་འདི་ལྟར།

ཤག་གི་ཤག་ཁྲིའི་ཕྱིང་ན་པན་རྩུང་སློང་པོ་ཀུན་འདུག་ལོ།

མེར་ཀའི་མེར་ཁྲི་ཕྱིང་དུ་སོང་ན་ནི་སློང་ཕྱུག་ཀུན་འདུག་ལོ།

ལག་པ་སེ་ཡག་ཅན་དང་ས་ལེན་པ་སུང་ལོ།

ཁ་དེ་ཆག་ར་དང་ས་ཕྱག་པ་སུང་ལོ།

ཁྱེ་སག་གཏར་དང་ས་ཕྱང་བ་སུང་ལོ།

ཨོལ་ཁྲོང་རིང་སོ་ནས་ས་མིད་པ་སུང་ལོ།

དུག་སེམས་དེ་དང་ལེན་དེ་ས་ལ་མོབ་ལོ།

ཆང་གང་སུང་ཕྱེ་ཆ་གང་སདུན་ལ་མོབ་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་དེ་སྐུལ་མགོ་མ་ཆབ་ཀྱན་སོང་ན་ནི་སློང་ཕྱུག་གི་ལག་ལ་

བདངས། སོང་ན་ནི་སློང་ཕྱུག་གིས་གསོལ་མཆོད་ཅིག་འདི་ལྟར།

སཉམ་པོ་སྐྱེས་པའི་ལྷ་དགུ་ལ་མཆོད།

འདི་རིང་ང་ལ་སྐྱུང་རོགས་མཛོད།

སཉམ་པོ་སྐྱེས་པའི་ཁྲ་དགུ་ལ་མཆོད།

འདི་རིང་ང་ལ་སྐྱུང་རོགས་མཛོད།

ཕྱིང་ལྷའི་དབང་བོ་རྒྱལ་ཞིན་ལ་མཆོད།

འདི་རིང་ང་ལ་སྐྱུང་རོགས་མཛོད།

བར་གྱི་ཨ་མ་སྐྱབ་བདུན་ལ་མཆོད།

འདི་རིང་ང་ལ་སྐྱུང་རོགས་མཛོད།

འོག་གི་ཁྲ་རྒྱལ་རྒྱོགས་པོ་ལ་མཆོད།

འདི་རིང་ང་ལ་སྐྱུང་རོགས་མཛོད།

པས་ལྷ་ཀར་ཟོ་སྟན་པོ་ལ་མཆོད།

འདི་རིང་ང་ལ་སྤང་རོགས་མཆོད།

མས་ལྷ་བཀྱར་དམན་གྲུ་མོ་ལ་མཆོད།

འདི་རིང་ང་ལ་སྤང་རོགས་མཆོད།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་དེ་གསོལ་མཆོད་བཏངས། སྟོན་ལས་བཏབ་ཕྱེ། ཆང་  
གང་ཏོན་ཏེ་ཇ་གང་མདུན་ལ་ཕོབ་ཟེར་དེ། ཁྱི་སོ་ཅན་བེར་ཀ་ནང་གཅིག་བཏང་ཕྱེ་  
ནས་མཁའ་ལ་ཕངས། ཆང་གང་མཐུང་ཕྱེ་ཇ་གང་པོ་མདུན་ལ་ཕངས། དེ་ནས་  
ལུང་མཁའ་ཆང་མས་ཀྱ་ཙོ་བཏངས། ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གྲུ་ས་དེ་ང་ཞི་སྲོང་ཕྱག་ལ་  
ཐོབ་སོང་ཟེར་དེ་ཉལ་ཆོད་བཏངས།

No. 4.

ཡབས་ཐོན་པ་དང་ཡུམ་སྟོན་མོ་གཉིས་ཀས་གསེར་བྱི་རྒྱབ་ཕྱེ། དར་  
དཀར་གྱི་ཡོལ་ལ་བཏང་ཕྱེ་ཡོད་ཚུག། མོང་ན་ནི་སྲོང་ཕྱག་ལ་ཇོ་ཇོ་ཐོབ་ཟེར་ས་  
པ་སང། གསེར་བྱི་འཐོན་དེ་ཡོལ་བ་ཡང་འཐོན་དེ། ཆ་ལི་ནག་པོ་དེ་ཡོལ་བ་  
ཞིག་བཏངས། ལྷན་ཆད་པོ་ཞིག་ཕིར་ལོག་ལ་བཏོང་ཕྱེ་བེར་ས། དེ་ནས་མོང་ན་  
གྱི་སྲོང་ཕྱག་དེ་ལུང་མཁའ་ཆང་མས་ཤག་གི་ཁ་པལ་གྱི་ལ་ཁར་དེ་ཡབ་བཏན་པ་  
དང་ཡུམ་སྟོན་མོ་དེ་ཁང་པར་བྱེར་ས། དེ་ནང་ལ་བསྐྱེབ་པ། ལྷན་ཕིར་ལོག་ལ་  
ཡོད་པ་སང། ཁོ་ཕིར་ལོག་ལ་འདུགས། དེ་ནས་ཡབ་བཏན་པ་དང་ཡུམ་སྟོན་  
མོས་ཟེར་ས། ཁྱོད་ལུང་མཁའ་དེ་ཡིན་ནོག། སྲོང་པོ་དེ་ཁྱོད་ཡིན་ནོག། ཕིར་  
ལོག་ལ་འདུག་དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ། སྲོང་ཕྱག་གིས། ལྷན་ཕིར་ལོག་ལ།  
འགྲོན་ཁ་ཕིར་ལོག་ལ་འདུག་དགོས་ཟེར་ས་པའི། དེ་ནས་སོ་བའི་ཕེད་ཟན་ཞིག་



གཡོ་མྱེ་ཁོ་འི་མདུན་ལ་བཏང་མྱེ། ཡ་བས་མིག་ལོག་བཟུས། ཡ་མས་ས་  
 མིག་བཟུས། རོ་རོས་ཐབ་བེ་ནང་ན་ས་བུས། ཁྱིས་ཤང་དེ་ལ་ཁྱི་ཕུག་གཅིག་  
 ཡོད་ཚུག། མོང་ན་ནི་སོང་ཕུག་གིས་ཁྱི་ཕུག་དེ་ལ་ཟེར་ས་ཁྱུ་འདི་ལྟར།

ཁྱིས་ཤང་ལ་ཡོད་པའི་ཁྱི་ཕུག་ཁྱོད་ཉོན་དང།

ཁྱིས་མུག་ལ་ཡོད་པའི་ཁྱི་ཆུང་དེས་དངོས་ལ་ཉོན།

སྟན་ལ་བཟུ་ན་མིར་ལོག་ལ་འདུག།

མདུན་ལ་བཟུ་ན་སོ་བ་ཟན་ཞིག་འདུག།

གཡ་མགོ་ལ་བཟུ་ན་ཡ་བས་མིག་ལོག་ལྟ་བུག།

འབང་ལ་བཟུ་ན་ཡ་མས་ས་མིག་ལྟ་བུག།

དཀྱིལ་ལ་བཟུ་ན་བུ་མོས་ཐབ་བུ་བུག།

ཁྱོད་ཁྱི་གུ་ལང་མྱེ་ཅེས་ཤིག་ཁྱོད་དང།

ཤང་ལ་ལྟ་མྱེ་གོས་གསུམ་རྒྱུ་དང།

རྒྱབ་ལ་ལྟ་མྱེ་གོས་གསུམ་རྒྱུ་དང།

ཁྲོ་ལ་ལྟ་མྱེ་གོས་གསུམ་རྒྱུ་དང།

བྱང་ལ་ལྟ་མྱེ་གོས་གསུམ་རྒྱུ་དང།

དེ་ཟུག་ཟེར་ས་པ་སང། ཁྱི་ཕུག་དེ་སྟོན་པ་མཚོགས་སོང་མྱེ། ཤང་

ཁྲོ་རྒྱབ་བྱང་ཚང་མ་ལ་གོས་པ་གསུམ་གསུམ་བརྒྱབས་པ། ཁྱི་ཕུག་དེས་ཁྱི་

ཀྱག་དང་ཁྱི་ཕྱིན་དང་ནང་ཚང་མ་བསྐངས་བཏངས། དེ་ཟུག་བཅོས་པ་སང།

མི་ཚང་མ་དང་ལྷང་མཁན་ཚང་མ་ནང་ནས་ཕྱི་སྟུ་ཅུ་ཤོར་ཉེ་སོང།

དེ་ནས་མཚན་སོང་མྱེ་ཡ་བྱ་དང་ཡ་མས་བུ་སོ་ལ་ཟེར་ས། བླ་བུ་མོ།

མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་དེ་ཕྱག་རགས་ལ་སྟེལ་བ་བྱིར་ཟེརས་པ། རྩོམ་ཤང་ཀོག་  
 ཅིག་ཁྱར་དེ། ཕྱག་རགས་ལ་བྱིར་དེ་བོར་དེ་ལོག་སྟེ་ཡོངས། ཡབས་བཏན་པ་  
 དང་ཡུམ་སྟོན་མོའི་སྟོབྱི་ལ་སྟེལ་བ་བྱིག་དང་གཅན་ཟན་མང་པོ་ཡོད་ཚུག་པས།  
 མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་མཚན་ཕྱིད་ཟས་ལ་ཡང་སྟེ། ཤང་ལག་དེ་ཚང་མ་བཅད་དེ་  
 རུས་པ་ཁ་ཅིག་དང་མཉམ་པོ་སྟོལ་པར་སྟེན། མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་དེ་ཤོར་དེ་རི་  
 མོ་དགུ་ཆོད་ཀྱི་ལུང་པའི་ནང་དུ་ཡོང་སྟེ་མ་མའི་ཅ་བསྟེན་སྟེ་འདུགས། ॥

དེ་ནས་གནས་ལང་སྟེ་ལུང་མཁན་ཚང་མ་ཡོང་སྟེ་སྟོན་ནས་ཟེརས།  
 ལུ་ཡབ་བཏན་པ་དང་ཡུམ་སྟོན་མོ་རྩོམ་ཤང་ཀོག་མོ། ང་ཞའི་མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་  
 ལ་སྟེལ་ཅིག་སྟོན་ཟེར་འང་ཟེརས་པ། རྩོམ་དེ་ཕྱག་རགས་ལ་སྟེལ་པ་སོང་བ་  
 མེད་ཚུག། རྩོམ་སྟོབྱིགས་པ་ལོག་སྟེ་ཨ་བུ་དང་ཨ་མ་ལ། མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་  
 མི་འདུག་ཟེརས་པ། ཁོང་ཚང་ཀས་བྱི་ནང་ཚང་མ་ལ་བརྟུས་པ་མེད་ཚུག། སྟོལ་  
 བརྟུས་པ། ཤང་ལག་དེ་བཅད་དེ་པར་སྟེ་ཡོད་ཚུག། དེ་རུ་རུས་པ་རེ་ཡང་  
 ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་ཁོང་ཚང་ཀས། མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་དེ་འདི་གཅན་ཟན་ཀྱན་  
 རིས་ཟེས་མཁན་ཡིན་ནོག་ཟེར་དེ་ཡས་ཚན་སོང། དེ་ནས་ལུང་མཁན་ཚང་མས་  
 ཡང་ཟེརས། ང་ཞའི་མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་དེ་བྱི་ཞས་བསད་མཁན་དང་དོག་ཡིན།  
 མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གི་མི་ཤ་ཡིན་ཟེརས་པ། ལུང་མཁན་ཀྱན་ལ་ཕེད་དང་མར་མང་  
 པོ་བཏང་སྟེ་བོརས། རྩོམ་དེ་གསེར་དྲུག་གང་དེ་ཁ་གསུམ་འི་ཚིག་བྱ་བ་ཀལ་དེ།  
 ཨ་གུ་དགའ་ནི་ཅ་མོ་བཏབ་པ་སོང་བས། ཨ་གུ་འི་སྟོན་གྱུ་འདི་ལྟར། ॥

ཨ་གུ་རང་མཁྱིན་ལོ་དགའ་ནི་རང་མཁྱིན་ལོ།

གསེར་རི་དྲུག་གང་པོ་འི་ཁ་གསུམ་འི་ཚིག་བྱ་རིག་ཡོད་ལོ།

ང་ལ་གྲིང་གི་པན་རྒྱུང་དེ་ཕྱོར་དེ་རིག་སོང་ལོ།  
 མོ་ངན་གྱི་སྲོང་ཕུག་ཕྱོར་དེ་རིག་སོང་ལོ།  
 མོ་དཔེ་བཏིང་ཕྱེ་མོ་ཞིག་དོབ་ལོ།  
 ཕྱིས་དཔེ་བཏིང་ཕྱེ་ཕྱིས་ཤིག་སྒྲོར་ལོ།  
 ཤི་ཕྱེ་འདུག་གསོན་དེ་འདུག་གཟིགས་ལོ།  
 ཤོར་དེ་སོང་ང་ཡི་བ་ཕྱེ་འདུག་གཟིགས་ལོ།  
 ང་ལ་པན་རྒྱུང་སྲོང་པོ་འི་མི་ཤ་རིག་པོག་འདུག།  
 མོ་ངན་ནི་སྲོང་ཕུག་གི་སྒྲོ་ཁག་རིག་པོག་འདུག།  
 དེ་རྒྱག་ཟེར་ས་པ། ཡ་གུ་དགའ་ནི་ལ་དེ་རྒྱག་སྲོ་ཡོངས། སྒྲོན་ལ་  
 པན་རྒྱུང་ལ་ཡ་ཤ་ས་བཅོས་པའི་ཕྱི་ལ། ཡ་གུས་ལན་དུ།  
 ཡབས་བདན་པའི་བྱ་མོ་ཁ་དམར་མོ་ཉོན་དང།  
 ཡུས་སྒྲོན་མོ་འི་བྱ་མོ་ལྷེ་དམར་མོ་ཉོན་དང།  
 ཞིས་པོ་བཟོས་པའི་ཚལ་སོགས་མོ་ཉོན་ལོ།  
 ལགས་མོ་གོན་ས་པའི་སྲང་ཁོར་མོ་ཉོན་ལོ།  
 བྱོད་ལྷས་ངན་ནི་བྱ་མོ་ཞིག་ཡོད་ལོ།  
 པན་རྒྱུང་དེ་ནི་ཤིས་ཁན་རིག་ཡིན་ནོག།  
 མོ་ངན་ནི་སྲོང་ཕུག་དེ་ཤི་ཕྱེ་ཡོད་ལོ།  
 ཁོ་འི་མི་ཤ་བྱོད་ལ་པོག་ཡིན་ལོ།  
 ཁོ་འི་སྒྲོ་འདྲ་བྱོད་ལ་པོག་ཡིན་ལོ།  
 ང་ལ་མོ་དང་ཕྱིས་རིག་མི་ཤེས་ལོ།



དེ་ཐུག་སྟོ་བཟུན་དེ་ཟེངས་པ་སང་། རྩོམ་འབྲུག་མ་དུ་འིན་ཞིག་  
ཡོག་མེ་ཡོངས། ཁང་པ་ལ་བསྐྱེད་མེ་ཨ་བ་དང་ཨ་མ་ལ། ཨ་གུས་ང་ལ་སྟོ་  
བཙོ་མེ་ཁ་སང་པོ་ཀྲུས་ཟེངས་པ། དེ་ནས་ཁོང་ཚང་ཀ་ལས་ཚན་སོང་མེ། ཡང་  
ཆ་རྒྱལ་ཟེང་དེ། གསེར་རི་དྲ་བག་ཅིག་གི་ཁ་སྒྲིག་བསྐྱངས་དེ་བཀལ་དེ་རྩོམ་  
སོང་མེ། ཨ་གུའི་སྒྲོན་སྒྲུ་འདི་ལྟར།

བྱ་སོང་འི་ཨ་གུས་འང་དངོས་ལ་ཉོན་དང་།

ཨ་གུ་དགའ་ནིས་འང་བྱ་སོལ་ཉོན་དང་།

གསེར་རི་དྲ་བག་གང་ལ་སྒྲིག་རིག་ཡོད་ལོ།

ཉེ་རང་གིས་སྟོ་དཔེ་བདོང་སོ་སོ་ཞིག་དོབ་ལོ།

ཅིས་དཔེ་བདོང་སོ་ཅིས་ཤིག་སྒྲོར་ལོ།

ཁོ་ཤི་མེ་འདུག་གསེན་དེ་འདུག་གཟིགས་ལོ།

ཁོ་གསེན་དེ་ལ་ཡོད་ནང་བཙལ་བ་རིག་ཆེན་ལོ།

ཁོ་ཤི་མེ་རིག་ཡོད་ན་མི་ཤ་ཐག་ཆོད་རིག་ཐོག་ཡིན།

དེ་ཐུག་ཟེང་རིན་ཞིག་སང་པོ་དུས་སོང་། དེ་ནས་ཁོ་དུ་ཅེས་མཐོང་མེ་  
སྟོག་པ་བསམ་མེ། ཨ་གུས་སྒྲུ་འདི་ལྟར།

ཡབས་ཐོན་པའི་བྱ་སོང་འི་དངོས་ལ་ཉོན་དང་།

ཡུམ་སྟོན་སོ་འི་བྱ་སོ་དངོས་ཤིག་ལ་ཉོན་དང་།

སྟོན་ལ་ར་གན་གྱི་རི་ལ་འཛགས་དགོས་ཡོང་ཡིན།

དྲིང་ན་གསེར་གྱི་རི་ལ་བསྐྱེད་ཅས་ཡོང་ཡིན།

སྟོན་ལ་རོ་ཉའི་རི་ལ་འཛགས་དགོས་ཡོང་ཡིན།

ཉིང་ན་དུལ་གྱི་རི་ལ་བསྐྱེབ་ཅས་རིག་ཡོང་ཡིན།  
 སྒྲིན་ལ་བྲ་ཟན་དང་སྒྲིག་ཆུ་ཟ་དགོས་བྱུང་ཡིན།  
 ཉིང་ན་ཞིས་ཟག་དང་དངར་ཆུ་ཐོབ་ཅས་ཡོང་ཡིན།  
 སྒྲིང་གི་པམ་རྩུང་མ་སྒྲེར་བ་ཡོད་ལོ།  
 མོང་ན་ནི་སྒྲིང་ཕྱག་མ་གྱི་བ་ཡོད་ལོ།  
 གྲི་མོ་དགུ་ཚོད་ཀྱི་ལུང་པའི་ནང་དུ་ཡོད་ལོ།  
 རྩོ་རྩོ་ཉི་རང་དེ་རུ་ལྷ་ལ་སོང་ལོ།  
 དེ་ལུང་པའི་ནང་དུ་སྒྲང་གཅིག་རང་ཡོད་ལོ།  
 དེ་སྒྲང་པོ་འི་ཁ་རྩོ་རྩོ་ཉི་རང་སོང་ལོ།  
 གྲི་ལང་གི་པག་ར་ཞིག་རང་ཅོས་ལོ།  
 པག་ར་དེའི་ནང་ན་ཡིབ་སྒྲེ་རིག་སྒྲེས་ལོ།  
 སྒྲིང་ཕྱག་ཁོ་དེ་ནས་ཁྱོད་ལ་ཐོབ་ཡིན།  
 དེ་ནས་རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མ་མང་པོ་འཐད་དེན་ཞིག་དང་ཁང་པ་ལ་ལོག་སྒྲེ་  
 ཡོང་སྒྲེ། ཨ་བ་དང་ཨ་མ་གཉིས་ཀྱི་ལ་ཉུན་དེ་ཚང་མ་ཟེར་ས། དེ་ནས་རྩོ་རྩོ་  
 རང་དང་གཡོག་མོ་ཞིག་ཁྱོད་དེ། གྲི་མོ་དགུ་ཚོད་མའི་ནང་དུ་སོང་། དེ་རུ་སྒྲང་  
 ཞིག་ཡོད་ཚུགས། ཁོང་དེ་སྒྲང་མགོ་ལ་བསྐྱེབ་སྒྲེ་གྲི་ལང་གི་པག་ར་ཞིག་བཅོ་སྒྲེ།  
 དེའི་ནང་ལ་ཡིབ་སྒྲེ་འདུག་ས། དེ་ནས་མོང་ན་ནི་སྒྲིང་ཕྱག་དེས་གོ་སར་གྱི་  
 ལུགས་ལ། སྒྲངས་དང་གྲོས་བསྐྱེད་ལྟེན་ཞིག་ཡོད་ཚུགས་པས། ཉི་ཞིག་ལ་ཞེན་  
 དེ་དེ་ཕྱུ་ཚྭ་སྐྱེས་མ་གང་དེའི་ཁ་ནས་པང་གིན་ཞིག་བང་བདང་ངོད་ཚུགས། ཐུང་ལ་  
 ཡོང་ཅ་ན། དེ་ཕྱུ་ཚྭ་སྐྱེས་མ་གང་པོ་བསྐྱེད་ལྟེན་ཞིག་མདའ་ལ་སྒྲར་ཚར་རད་ཚུགས།

ཡང་ཉུང་སྐར་བྲེ་གང་ཁྱར་དེ་གྲིན་ལ་ཆ་ཟ་ན་གཡོག་གིན་སོང་། བྱར་ལ་ཆ་ཟ་ན།  
 བཟུ་འིན་ཡོང་སྟེ་བྲེ་བསྐང་ངད་ཚུག། དབྱང་པ་གཡས་པའི་ཁ་ཉི་མ་ཤར་བ་  
 འབྲ་ཡོད་ཚུག། དབྱང་པ་གཡས་པའི་ཁ་ཆུ་བ་ཤར་བ་འབྲ་ཡོད་ཚུག། ཇོ་ཇོ་  
 དང་གཡོག་སོ་གཉིས་ཀ་དེ་རྒྱག་སུའོ་སྟེ་ཉལ་གྲོད་བཏངས་པ། དེ་ནས་ར་བྱ་  
 རྒྱག་པོ་ཡོང་སྟེ། ཁ་ཆར་རྒྱང་སང་པོ་ཞིག་ཡོང་སྟེ། མི་སུའོ་ཅེས་སོང་།  
 དེའི་དྲིང་ན་ཆར་པ་ཆད་དེ་ན། སྟོན་སའི་སེཾ་གས་སོ་སོ་ངན་ནི་སྟོང་སྤྱག་བཙེ་སྟེ་  
 སྤྱུ་འདི་ལྟར།

སྤྱ་ཡབས་ཐོན་པའི་བྱ་སོ་ཁ་དམར་སོ། ཁ་དམར་སོ།  
 ཡུས་སྟོན་སོ་འི་བྱ་སོ་སྟེ་དམར་སོ། སྟེ་དམར་སོ།  
 ཞིས་པོ་ཟེས་པའི་ཚེ་ལ་སོགས་སོ། ཚེ་ལ་སོགས་སོ།  
 ལགས་སོ་གོན་པའི་སྤང་ཁོར་སོ། སྤང་ཁོར་སོ།  
 ཁྱོད་ངའི་ཁྱང་པའི་ནང་དུ་ཅི་ལ་ཡོངས། ཅི་ལ་ཡོངས།  
 ངས་གཡམ་འདྲ་ཀར་ནས་ཁྱོངས་པའི་ཐུབ་དཀར་ཁྱོང། ཐུབ་དཀར་ཁྱོང།  
 ངས་གཡམ་འདྲ་ཀར་ནས་ཁྱོངས་པའི་ཐུབ་ནག་ཁྱོང། ཐུབ་ནག་ཁྱོང།  
 ངའི་ཟ་ཅེས་སི་འདོད་པོ་ཡང་དེ་བོ་ཡིན། དེ་བོ་ཡིན།  
 ངའི་སྤྱང་ཅེས་སི་འདོད་པོ་ཡང་དེ་བོ་ཡིན། དེ་བོ་ཡིན།  
 ངའི་ཞོན་དྲ་ཟེར་ནའང་དེ་བོ་ཡིན། དེ་བོ་ཡིན།  
 ངའི་ནང་ནོར་ཟེར་ནའང་དེ་བོ་ཡིན། དེ་བོ་ཡིན།  
 ངའི་མི་ནོར་ཟེར་ནའང་དེ་བོ་ཡིན། དེ་བོ་ཡིན།



འདི་ཐུབ་ར་དཀར་པོ་ག་ནས་ཁྱོང་ནའང་ཁྱོང་། ཁྱོང་ནའང་ཁྱོང་།

འདི་ཐུབ་ར་ནག་པོ་ག་ནས་ཁྱོང་ནའང་ཁྱོང་། ཁྱོང་ནའང་ཁྱོང་།

དེ་ཐུག་ཟེར་དེ་ཇོ་ཇོ་དང་གཡོག་མོ་གཉིས་ཀྱི་ལ་སྟེད་མང་པོ་ཞིག་  
བཏངས། དེ་ནས་ཇོ་ཇོས་ཁྱོང་ཁྱོང་པ་ལ་འཕམས་ཕྱི་ཐུ་མང་པོ་བཅོ་ཕྱི་ཟེརས།  
མོ་ངན་ནི་སྟོང་ཕྱག་ཐུ་ཐུ་གྲུལ། ང་ལ་ཁྱོ་རང་གི་ལུང་མཁན་ཀུན་ནིས། མོ་ངན་  
ནི་སྟོང་ཕྱག་གི་མི་ཤ་ཁྱོང་ཟེར་དེ་སྟེད་བཏང་འདུག། མོ་ངན་ནི་སྟོང་ཕྱག་གིས་  
ཟེརས། དེ་ནས་ང་ཆེན། ད་ལྟ་ང་ཞེད་ཁུང་པ་ལ་སྲིབ་ཅིག་གྲུལ་ཟུམ་རེ་  
ཟེས་དེ། དེ་ནས་ཆ་ཡིན་ཟེར་དེ་ཆང་ཀྱུ་ཁང་པ་ལ་སོང་།

ཁང་པ་རུ་བསྐྱེད་ཕྱི་མོ་ངན་ནི་སྟོང་ཕྱག་གིས། ཡལ་ཅེ་ཞིག་ཐབ་བི་  
ཁ་བཀལ་དེ་མེ་ཞིག་ཕུ་ཕྱི་ཤ་ཞིག་བཅོས། ཤ་དེ་སྒྲིན་གྱི་ཡིན་ན་ཡང་། ཇོ་ཇོས་  
ཐུབ་ར་ཁ་ཅིག་བཅོ་བ་ལ་མཐོང་སོང་། ཤ་དེ་བཅོས་ས་དང་། མོ་ངན་ནི་སྟོང་  
ཕྱག་གིས་ཐུབ་ར་ཞིག་ཐུས་ཕྱི་ཁྱོང་ཕྱི་བསད་དེ་ཇོ་ཇོ་འོག་པའི་ཡོག་ལ་ཤེས་  
མ་བཅུག་པ་བཏང་ཕྱི་བོརས། དེ་ནས་ཤ་འཛོ་ཕྱི་བོག་ཕྱི་ན། ཡལ་ཅེ་ནང་ནས་  
ཕིངས། ཤ་གཅིག་ཅིག་མ་ཆང་བས། མོ་ངན་ནི་སྟོང་ཕྱག་གིས་ཟེརས།  
ཤ་མ་ཆང་། སྲུས་ཟེས་ཟེརས་པ། ཡལ་མས་ངས་མ་ཟེས་ཟེརས། ཇོ་ཇོ་འོ་  
གཡོག་མོ་ལ་འདྲིས་པ། མ་ཟེས་ཟེརས། དེ་ནས་ཇོ་ཇོ་ཁྱོང་ལ་འདྲིས་པ།  
ཇོ་ཇོ་ཡམ་ཚན་སོང་ཕྱི་ཟེརས། ལུ་མོ་ངན་ནི་སྟོང་ཕྱག་། དག་ས་ཚུགས་  
ངས་ཀུ་མི་ཤེས། ཁྱོད་དིས་ཅི་ཟེར་དེ་ཡིན་ཟེར་རིན་ཞིག་ཀྱུ་ལངས་པ་སང་།  
ཐུབ་ར་དེ་ཅུ་བུད་དེ་ཡོངས་པ་སང་། མོ་ངན་ནི་སྟོང་ཕྱག་གིས། ཀུ་ཅོ་བཏང་  
ཕྱི་ཟེརས། ཁྱོད་པ་མ་བཟང་པོ་འདི་བྱ་མོ། ཀུན་མ་ཞིག་ཡོད་ཚུགས།

ངས་མི་བྱུག་མི་ལ་ཤད་ཡིན།

ཁྱི་བྱུག་ཁྱི་ལ་ཤད་ཡིན།

ཟེར་དེ་ཆོ་ཆོ་ཁྱི་ལ་བཅུགས།

No. 5.

དེ་ནས་མོ་ངན་ནི་སྤོང་བྱུག་གིས་ཟེརས། ཆོ་ཆོ་རང་པ། སྤོན་ལ་  
གྲུལ་གྱི། ངས་ཨ་མ་ལ་ཤིང་རེ་རྒྱ་རེ་བྱོང་ཕྱེ་དྲིང་ན་ཡོང་ཡིན་ཟེརས་པ།  
ཆོ་ཆོ་དང་གཡོག་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྤོན་ལ་འགྲུལ་བཅུགས། ཆོ་ཆོ་པ་ཇ་ལས་གྱིས་  
ཆ་ཆ་། ཁོ་བྱེ་མའི་ལས་གྱིས་སོང་ཕྱེ། སྤྱིང་ཡུལ་ལ་ཁོ་སྤོན་ལ་བསྐྱེབ་སོང་།  
དེ་ལྟར་མཁན་ཚང་མ་སོང་ཕྱེ་མེད་ཚུག། ཡང་སྤྱིང་གི་དཔའ་བོ་ཚང་མ་ལ་ཨི་  
ཟུག་ཏུ་ཞིག་བཏངས། བྱོང་ཆེན་རི་རི་བསད་དེ། བྱོང་སྤྲགས་དེ་བྱོང་ཕྱེ་སྤྱིང་  
མཁར་ལ་བཏིང་ཕྱེ། མཁར་ཡུལ་ཚང་མ་བྱིད་དེ་འདོམ་དགུ་ལྷག་མ་ལུས་བཅུག་  
མཁན་ལ་ཆོ་ཆོ་འགྲུ་གུ་མ་བག་མ་ལ་བཏང་ཡིན་ཟེར་དེ་སྐད་བཏངས། དེ་ནས་  
དཔའ་བོ་ཚང་མ་སྤོན་ལ་སོང་ཆར། མོ་ངན་ནི་སྤོང་བྱུག་ལས་འདུག་པ། ཡབ་  
བཏན་པ་དང་ཡུས་སྤོན་མོ་གཉིས་ཀྱིས་ཁོ་ལ་ཟེརས། བྱོར་མོ་ངན་ནི་སྤོང་བྱུག་  
ཡང་བྱོང་བསད་པར་ཆ་དགོས། རྒྱགས་འཁྲར་ཅེས་ལ་སྤྲོད་ཅིག་དྲིང་ཟེརས་པ།  
ཁོས་ཀྱི་ཕུས་མའི་རྒྱལ་ལ་ཞིག་བཏངས། དེ་ཀྱི་ཕུས་མའི་རྒྱལ་ལ་ཡི་ནང་དུ་ཕེ་  
ཁལ་བརྒྱ་བཏང་ནའང་། མ་གང་སོང་། དེ་ནས་ཁོས་ཟེརས་པ། ཆོ་ཆོ་འི་  
འདོན་སྤོན་ཞིག་སྐྱུལ་ཟེརས་པ། དེ་ནང་ནས་ཉུང་ཐུན་ཞིག་བཏངས་པ་གང་སོང་།  
ཡང་མར་ཁྲར་སྤྲོད་ཅིག་བྱོང་ཟེརས་པ། སྤྲར་གའི་ཁོས་བྱུ་ཞིག་བཏངས་སོང་།  
དེའི་ནང་དུ་མར་བ་དྲི་བརྒྱ་བཏངས་པ་མ་གང་། ཡང་ཁོས་ཟེརས། ཆོ་ཆོ་འི་

འདོན་སྒོ་ནི་ཞིག་སྤྱུལ་ཨ་མ་ལ་ཟེར་ས། དེ་ནས་ཡང་རྒྱང་རྒྱ་ཞིག་བཏངས་པ།  
སྤྱི་བཅོམ་ལ་གང་སོང་།

དེ་ནས་བྱང་གོ་དང་བྱོང་གོ་གཉིས་ཀ་ཁོལ་ཡ་དོལ་བཏངས་པས།  
དེ་ཡུལ་ཞིག་ལ་བསྐྱེབ་སོང་། དཔའ་བོ་ཚང་མ་འཛོམས་མྱེ་འདུགས། མོངན་ནི་  
སྤོང་ཕྱག་དེ་སོ་སོ་འདུགས། དེ་ནས་དཔའ་བོ་ཚང་མས་ཟེར་ས། ཐོ་རི་ན།  
ཡུལ་ཡོད་ད་མེད། རྒྱ་དང་ཤིང་ཡོད་ད་མེད། ང་དང་སྤུལ་ཡང་རྒྱས་མེད།  
མོངན་གྱི་སྤོང་ཕྱག་ལ་རྒྱས་ཡོད་འགྲོ། ཁྱིམ་ཅི་ཟེར་འདུག་ལྟ་ལ་ཆ་རྒྱལ་ཟེར་དེ།  
ཨ་ག་དཔལ་ལ་བཏངས། མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་ལ་པག་ཉན་པ་ཡོང་ཅིས་ཤེས་དེ།  
བྱང་གོ་དང་བྱོང་གོ་གཉིས་ལ་ཟེར་ས། བྱ་བྱང་གོ་དང་བྱོང་གོ། ཐོ་རི་ང་དང་  
ལ་ཤིང་མི་ཐོབ་ཤིང་འཁྱུར་ན་རྒྱལ་རྒྱ་མང་པོ་ཡོད་ཟེར་ས། དེ་ནས་དཔལ་ལ་ལ་  
དེ་རྒྱལ་ཟེར་ཅིས་ཚར་དེ་ཡིད་ཆེས་དེ། དཔའ་བོ་ཚང་མ་ལ་ཤིང་བཀལ་དེ་བྱིར་ས།  
མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གིས་ཤིང་མ་འཁྱུར་ར་། རྒྱ་ཆང་རྒྱལ་གསུམ་བཀལ་དེ་  
བྱིར་ས། ཁོང་ཚང་མ་དེ་རྒྱ་དགོངས་ལ་འཛོམས་ཅ་ན། ཤིང་མང་པོ་ཡོད་རྒྱལ།  
རྒྱ་མན་ན་མེད་རྒྱལ། དེའི་པི་ལ་དཔའ་བོ་ཀྱན་ལ་རྒྱ་མེད་དཀགས་པོ་སོང་སྟེ།  
མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་ལ་རྒྱ་ཟེར་ས་པ། ཁྱིམ་ཚང་མ་ལ་རྒྱ་རྒྱང་རྒྱ་རི་བཏངས།

དེ་ནས་ཡང་པི་དྲོལ་དཔའ་བོ་ཚང་ཀས་ཟེར་ས། མདང་ཨ་ག་དཔལ་  
ལ་ལ་ད་མ་གོ་བ་ཡིན་ནོ། འདི་རིང་ཨང་གར་ལངས་པ་ཉན་པ་ལ་སོང་།  
མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གིས་ཤིང་འཁྱུར་འདུག་ག། རྒྱ་འཁྱུར་འདུག་ཉན་པ་སོང་  
ཟེར་དེ་བཏངས། མོངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་ལ་པག་ཉན་བཏང་བ་ཡོང་ཅིས་དེ་ཤེས་དེ།  
ཡང་ཁྱིམ་ཕྱིར་ལོག་ཟེར་ས། བྱ་བྱང་གོ་དང་བྱོང་གོ། ཐོ་རིས་ལ་ཤིང་མ་མང་



བོ་ཡོད། རྩ་དཀོན་མོ་ཡོད། རྩ་ཁྲ་ཤིག་ཟེར་སྟེ། ཡང་གན་ལུངས་པས་  
 དེ་རྩལ་ཡིད་ཆེས་དེ། ཡོག་ཕྱེ་སོང་ཕྱེ་དཔའ་བོ་ཀུན་ལ་ཟེར་སྟེ། བོ་རས་ལ་  
 ཤིང་ཡོད་ཡོ། རྩ་དཀོན་མོ་ཞིག་ཡོད་ཡོ། རྩ་ཁྲ་ཤིག་ཟེར་དེ་རྩ་མང་པོ་  
 འཁྲ་བཅུགས། མོ་ངན་གྱི་སྤོང་ཕྱག་གིས་དྲང་གོ་དང་དྲོང་གོ་གཉིས་ཀྱི་ལ་ཤིང་  
 ཁྲ་རེ་བཀལ་དེ་དྲིང་ན་སོང་བས། ཡང་དེ་ཅུ་བསྐྱེབ་ཅ་ན། རྩ་ཡོད་རྩལ།  
 ཤིང་མེད་པ། དཔའ་བོ་ཀུན་ལ་སྤྲ་དགགས་བོ་སོང་ཕྱེ། ཡང་མོ་ངན་ནི་སྤོང་  
 ཕྱག་གི་སྤྲུལ་ལ་ཡོང་ཕྱེ་རྩ་ཟེར་སྟེ། ཡང་ཤིང་ཉུང་ཅུན་རེ་བཏངས།

དེ་ནས་ཡང་དཔའ་བོ་ཀུན་གྱིས་ཟེར་སྟེ། བྱོ་ཞ་གཉིས་ཀྱི་ལ་ཡང་ཉ་མ་  
 བོ་བ་ཡིན་འགྲོ། འདི་རིང་ཨ་གྲ་དགའ་ནི་རང་སོང་ཟེར་དེ་བཏངས་པ། མོ་ངན་  
 ནི་སྤོང་ཕྱག་ལ་པག་ཉན་བཏང་ཅེས་ཤེས་དེ། ཡང་ཟེར་སྟེ། བྱ་དྲང་གོ་དང་  
 དྲོང་གོ། བོ་རས་ལ་ཡུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་ཕྱག་ཆེན་གོན་ཅེས་སོ་མ་རེ་གོན་ཤིག།  
 ཁྲོང་དཔའ་བོ་ཆང་མས་གོ་ཤེན་གོན་ཡིན་འགྲོ། ཟེར་སྟེ། ཨ་གྲ་དགའ་ནི་  
 ཡིད་ཆེས་དེ་ཡོག་ཕྱེ་ཡོང་ཕྱེ། དཔའ་བོ་ཀུན་ལ་ཟེར་སྟེ། བོ་རས་ལ་ཡུལ་ཞིག་  
 དང་ཕྱག་ཆེན་ཡོ། གོན་ཅས་སོ་མ་རེ་གོན་དེ་གྲུལ་ཟེར་འདུག། ང་དང་ཡང་  
 ཟབ་ན་གྲུལ་ཟེར་དེ་གོ་ཤེན་རེ་གོན་དེ་སོང་བ། ལས་ཆང་མ་ལ་ཆེར་མའི་ཆོགས་  
 ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་རྩལ། ཁྲོང་གི་གོ་ཤེན་ཆང་མ་ཆེར་མང་གིས་བཅད་དེ་ཆར་དེ།  
 ལས་ཆང་མ་ལ་མང་གིན་སོང་བ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གིས་གོ་ཤེན་བྱད་མཁན་  
 ཆང་མ་སྤྲུའིན་ཞིག་སོང་བ། གོ་ཤེན་གྱི་གོན་ཅེས་གཅིག་སོང་། དེ་དཔའ་བོ་  
 ཆང་མའི་གོ་ཤེན་ཆད་དེ། ཡུལ་ལ་བསྐྱེབ་ཟ་ན་མེད་མཁན་སོང་། ཁྲོང་ལ་མི་  
 སྤྲུལ་ཀྱང་ལ་ཤ་མ་བཅོས་པའི། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་དེས་བྱད་མཁན་ནི་གོ་ཤེན་

ལ་འབྱུང་དེ་གོན་དེ་སོང་པ་སང་། དེའི་ཡུལ་པ་ཚང་མས་ཤོག་ཀ་ལྗེར་ཁྱར་དེ་  
བསྐྱུས་དེ་ཡོངས། དེ་དཔའ་བོ་ཚང་མ་ལ་ཅང་རིན་མེད་ཡོངས་པ་སང་། དེ་ན་ན་  
ཟ་ན་ལྷང་པ་སོ་སོ་ཡི་ནང་དུ་འབྱོང་བཅའ་བ་སོང་།

སོང་ན་ནི་སྲོང་ཕུག། དེ་ཡུལ་གྱི་མགོ་ལ་སྤང་ཞིག་ཡོད་ཚུག། དེ་ཅ་  
སོང་ལྟེ། སྤ་བྱངས་གཅིག་གི་ནང་དུ་མགོ་བཏངས། གཅིག་གི་ནང་དུ་ཀང་པ་  
བཏང་ལྟེ་གཉིད་ལོག་ལྟེ་འདུགས། དཔའ་བོ་ཚང་མས་རིའི་ཤ་བ་སང་པོ་བསཏ་  
དེ་ཤ་སང་པོ་ཟའད་ཚུག། དེ་ནས་བྱང་གོ་དང་བྱོང་གོ་གཉིས་ཀས་ཟེརས་པ།  
ཤང་དང་གཉིས་ཀ་སོང་ན་ནི་སྲོང་ཕུག་ལ་ཡ་དེ་ལ་ཡོང་ལྟེ་ཅང་མ་པན། དཔའ་  
བོ་ཚང་མ་དང་མཉམ་པོ་ཡོད་པ་ན། ང་དང་ལ་ཡང་ཤ་བྱེབ་པ་ན། སོང་ན་ནི་  
སྲོང་ཕུག་དེ་གཉིད་ལོག་ལྟེ་འདུགས་པ་སང་། ང་དང་ལ་ཅང་མ་བྱེབ་སོང་ཟེརས་པ།  
དེ་རྒྱལ་ཟེར་ཅས་སོང་ན་ནི་སྲོང་ཕུག་ལ་གཉིད་དེ་ནང་ལ་ཚོར་སོང་། དེ་ནས་སྲོང་  
ཕུག་འདུག་སའི་ཁ་བྱོལ་ལ་བྲག་ཅིག་གི་ཁ་ཏུ་སྦྱོན་ཅིག་ཡོད་ཚུག་པས།

དེ་ལ་སོང་ན་ནི་སྲོང་ཕུག་གིས་སོག་ལྷི་ཞིག་བཏངས་པ། སྦྱོན་དེ་གི་  
ལྟེ་ཁོང་གི་མདུན་ལ་བསྐྱེབ་སོང་བས། བྱང་གོ་དང་བྱོང་གོ་གཉིས་ལ་ཟེརས།  
ཤ་ཀུན་ནིག། འདི་སྦྱོན་པོ་དེ་གངས་ཀྱི་ཁ་བྱུར་དེ་ཤུས། གངས་ཀྱི་ཁ་བྲག་  
ཙ་བྲག་འང་གོས་ས་ཅུག། ཙ་བྲག་གོས་ན། ཁྱོ་ཞའི་སྦྱེ། ངའི་གྱི་ཡིན་ཟེརས།  
དེ་ནས་བྱང་གོ་དང་བྱོང་གོ་འཛིགས་སིན་ཞིག་བྱུར་དེ་གངས་ཀྱི་ཁ་བ་ཤུས། བྲག་  
ཙ་བྲག་གོས་ན། ཁོང་གིས་ལྟེ་དང་བཞུག་ལྟེ་མེད་མཁན་བཅོས་སོང་། ཤ་ཁྱོང་  
ལྟེ་ཟ་འིན་ཞིག་འདུགས་པ། ཡང་ཞག་གཅིག་སོང་ལྟེ། དེ་བྲག་གི་ཁ་ཡང་  
གསེར་རི་ཏུ་ཙ་ཡོད་མཁན་ནི་སྦྱོན་ཞིག། དུལ་གྱི་ཏུ་ཙ་ཡོད་མཁན་ཞིག།



དུང་གི་རྩ་ཙོ་ཡོད་མཁན་ཞིག། ལྷ་ཉིག་གི་རྩ་ཙོ་ཡོད་མཁན་ཞིག། ཟངས་ཀྱི་  
 རྩ་ཙོ་ཡོད་མཁན་ཞིག། གཤམ་ལྷི་རྩ་ཙོ་ཡོད་མཁན་ཞིག། རྩ་ཙོ་ཡོད་  
 མཁན་ཞིག། དེ་རྒྱལ་བདུན་ཡོང་ལྷེ་ཡོད་ཚུག། དེ་སྦྱིན་བདུན་གྱིས་མོང་ན་ནི་  
 སྤོང་ཕྱག་ལ་ཐུ་ཞིག་འདི་ལྟར།

ལྷོང་ལྷ་ལྷུལ་ན་བདག་ས་པའི་དོན་གྱུ་བ་དཀར་པོ་གསལ་ན་དང་།  
 སྤོང་ལྷུལ་གཞུང་ན་བདག་ས་པའི་མོང་ན་ནི་སྤོང་ཕྱག་ཉོན་དང་།  
 གཤམ་ལྷུལ་བདག་ས་པའི་སྤོང་གྱུལ་ལྷུལ་གེ་སར་གསལ་ན་དང་།  
 སྤོང་གི་དཔའ་བོ་ཀུན་ཡོང་ལྷོང་ཞའི་གར་བས་བཅད་འདུག།  
 སྤོང་གི་དཔའ་བོ་ཚང་ཀ་ཡོང་ལྷོང་ཞའི་ས་བོན་བཅད་འདུག།  
 དེའི་ཕི་ལ་ཉིད་ཀྱིས་ཐུགས་རྩེ་རིག་གཟིགས་ལོ།  
 དེའི་ཕི་ལ་གེ་སར་གྱིས་སྦྱོབས་རིག་མཛད་ལོ།  
 ཉེ་རང་གིས་སྤང་བ་རིག་མ་མཛད་ན་ང་ཞུ་མི་ལུས་ཐག་ཆོད་འདུག།

གེ་སར་ལ་དེ་རྒྱལ་ཞུས་པ་སང་། གེ་སར་གྱིས་ལན་དུ་ཡང་ཐུ་འདི་ལྟར་སྤངས་སོ།  
 བྱིད་ལྷ་སྦྱིན་ཚང་ཀས་ངའི་དངོས་ལ་ཉོན།  
 བྱིད་ལྷ་སྦྱིན་ཚང་མས་བདག་ལ་གསལ་ལོ།  
 འབྲོང་ཆེན་རི་རིའི་འདུག་ས་གཤམ་ཡོད་ལོ།  
 འབྲོང་ཆེན་ཁས་བ་ལ་གཤམ་འདུག་ས་རིག་ཡོན་ལོ།  
 འབྲོང་ཆེན་འདུག་ས་བསྟན་ན་བྱིད་ལ་རོགས་བཅོམ་ཡིན།  
 འབྲོང་ཆེན་རི་རི་ས་བསྟན་ན་བྱིད་ལ་སྤང་ཅེས་གསལ་མཛད་ལོ།  
 འབྲོང་ཆེན་ཁས་བ་ས་བསྟན་ན་བྱིད་ཀུན་ལ་རོགས་མི་ཡོང་།



དེ་ཐུག་གི་ལན་བཏངས་པ་སང་། སྒྲིན་ཚང་ཀ་ཡས་ཚན་སོང་ཕྱེ་ཟེངས།  
 འབྲོང་དེ་བཟུན་ན། ང་ཏང་ལ་མནའ་ཡོད། མ་བཟུན་ན། ང་ཏང་ཚང་མ་གྱི་  
 ཅེས་སོང་། ད་ཅི་བཙོ་ཡིན་ཟེངས་པ། སྒྲིན་གཅིག་གིས་ཟེངས། འབྲོང་ཆེན་  
 ཁོ་རང་བཟུན་ན། ང་ཏང་ལ་མནའ་ཡོང་ཡིན། དེ་བས་འབྲོང་དེ་ཡོད་པའི་རི་  
 བཟུན་ཡིན་ཟེངས་ཏེ་ཐུ་འདི་ལྟར།

སྒྲིང་གི་རྒྱལ་ལྷ་མ་ཆེན་སོང་ཞེས་དངོས་ལ་ཉན་དང་།

རྒྱལ་ལྷ་མ་གེ་སར་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་ཤིག་ལ་ཉན་ལོ།

འབྲོང་ཆེན་བཟུན་པར་ང་ཞུ་ལ་མནའ་ཞིག་ཡོད་ལོ།

གཡས་པ་རི་བྱོགས་ལ་ཉེ་རང་སྒྲོད་ལོ།

དེ་རི་ཐུན་ཏེ་སྒྲོད་ན་འབྲོང་དེ་ཐོབ་ཡིན།

དེ་ཐུག་ཟེངས་པ་སང་། མོ་ངན་ནི་སྒྲོང་ཐུག་འཐད་ནས་སྒྲོན་ལས་ཞིག་  
 བཏབས་པ། མཉམ་པོ་སྒྲིམ་པའི་ལྟ་དག་མཁྱེན་ལོ། མཉམ་པོ་སྒྲིམ་པའི་ཐུ་  
 དག་མཁྱེན་ནོ། དག་ས་ཚུགས་པ་དུ་བག་ལ་སྐད་ཅིག་བེད་བ་མི་འདུག། སྐད་དེ་  
 མ་བེད་པ་སང་། སེམས་ཅན་མང་པོ་གི་རུག། དག་ས་དུ་བག་ལ་སྐད་ཆེན་པོ་  
 ཞིག་བེད་གིག་ཟེངས་པ། དེ་ནས་པར་ལ་དུ་བག་ལ་སྐད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐོན་སོང་  
 བས། དེ་ནས་པར་ལ་སེམས་ཅན་ཚང་མ་ལ་པན་ཐོགས་གིག་ཡོངས། ཅི་པན་  
 ཟེངས་ན། ལས་དུ་བག་ཅིག་བཏང་ན། སེམས་ཅན་གཅིག་ལ་ཐོག་ན། གཞན་མ་  
 ཚང་མ་ལ་སྐད་ཆོར་པ་སང་། ཤོར་ཏེ་སྒྲོག་འབྱུང་འདུག། དེ་ནས་དེ་ལྟ་སྒྲིན་  
 ཚང་ཀ་འཐད་དེན་ཞིག་ལོག་ཕྱེ་རི་ལ་སོང་།

མོ་ངན་ནི་སྒྲོང་ཐུག་དེ་རི་གཡས་པ་ཐུན་ཏེ་འཛགས་ཏེ་སོང་པ་སང་།

འབྲོང་ཆེན་རི་རི་དེ་རི་ཞིག་གི་ཁ་སྐོ་བཀལ་དེ། རི་ཞིག་གི་ཁ་རྒྱ་བ་བོར་དེ་  
གཉིད་ལོག་མྱེ་ཡོད་ཚུག། མོ་ངན་ནི་སྤྱང་ཕྱག་དེ་འཇིགས་དེ། སོ་ལོང་ཞིག་གི་  
ཡོག་ལ་ཡིབ་མྱེ་ན། ལྷ་འདི་ལྟར།

ཨ་བ་འབྲོང་ཆེན་ཉིད་རང་འབྲོང་བརྒྱའི་དཔོན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
འབྲོང་ཆེན་རི་རི་དེ་འབྲོང་བརྒྱའི་དཔོན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
བྱ་ཚ་ང་རང་ནི་མི་བརྒྱའི་དཔོན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
མི་རྒྱང་ང་རང་དེ་མི་བརྒྱའི་དཔོན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
ང་དང་དཔོན་པོ་གཉིས་ཀ་དེ་མཛའ་བོ་ཞིག་ཟུས་ཡིན།  
མི་ཆེན་འབྲོང་ཆེན་གཉིས་ཀ་མཛའ་བོ་ཞིག་བཅོ་ཡིན།

མོ་ངན་ནི་སྤྱང་ཕྱག་གིས་དེ་རྒྱག་ཟེར་ས་པ། འབྲོང་ཆེན་དེས་གཉིད་ཀྱི་  
ནང་ནས་སྐོ་ཚོག་ཚོག་བཅོའད་ཚུག། དེ་ནས་མོ་ངན་ནི་སྤྱང་ཕྱག་ནས་བསམ།  
འབྲོང་དེ་གཉིད་ལ་སོང་མྱེ་འདུག། ང་ཉི་མོ་ཞིག་ལ་ཆ་ཡིན་བསམ་མྱེ་སོང་མྱེ་  
ཡང་ལྷ་འདི་ལྟར།

ཨ་བ་འབྲོང་ཆེན་དེ་འབྲོང་བརྒྱའི་དཔོན་པོ་ཡིན་ལོ།  
འབྲོང་ཆེན་རི་རི་དེ་འབྲོང་བརྒྱའི་དཔོན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
བྱ་ཚ་ང་རང་ནི་མི་བརྒྱའི་དཔོན་པོ་རིག་ཡིན་ལོ།  
ངའི་དྲ་རྒྱང་དེ་ནི་དྲ་བརྒྱའི་དཔོན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
ཀྱང་གོད་དབྱེར་པ་དེ་དྲ་བརྒྱའི་དཔོན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
ང་དང་ཚང་ཀ་མཛའ་བོ་ཞིག་མི་ཟུས་ས།

དེ་ཟུག་ཟེངས་པ། འབྲོང་དེས་སྐོ་སྐྱུག་སྐྱེ། མགོ་ཚོག་ཚོག་བཅོས་པ།  
 མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་ལ་འབྲོང་གི་རུ་ཚོས་བྲོང་སྐྱེ་སང་བོ་འཇིགས་ཏེ་ཟེངས་།  
 ཨ་བ་འབྲོང་ཆེན་དེ་ངའི་དངོས་ལ་ཉན་དང་།  
 འབྲོང་ཆེན་རི་རི་དེ་ངའི་གཏམ་ལ་ཉན་དང་།  
 ཨ་བ་ཉེ་རི་རུ་ཚོ་ལ་ང་ལ་འཇིག་འཇིག་རིག་རག་ལོ།  
 འབྲོང་ཆེན་ཉེ་རི་རུ་ཚོ་གཡས་པ་ཕྱད་དེ་བཏང་ན་ལོ།  
 བྱ་ཆ་ང་རི་སད་འ་སྐོ་གཡས་པ་བོ་ཕྱད་དེ་བཏང་ཡིན།  
 དེ་ཟུག་ཟེངས་པ་སང་། འབྲོང་དེ་བདེན་ཆེས་ཏེ་རུ་ཚོ་གཡས་པ་ས་  
 ལ་དེན་ནས་ཕྱད་དེ་པངས་པས། ཡང་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གིས་ཟེངས་པ།  
 ཨ་བ་འབྲོང་ཆེན་ལ་ཉེ་རི་རུ་ཚོ་གཡོན་པ་ལ་འཇིགས་ས་རག།  
 ཉེ་རང་གི་རུ་ཚོ་གཡོན་པ་ཕྱད་དེ་བཏང་ན།  
 བྱ་ཆ་ང་རི་གཞུས་སྐོ་གཡོན་པ་བོ་བཅག་ཡིན།  
 དེ་ཟུག་ཟེངས་པ་སང་། རུ་ཚོ་གཡོན་པ་ཡང་ཕྱད་དེ་པངས་པས།  
 དེ་ནས་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་དེ་སདུན་ལ་སོང་སྐྱེ་འབྲོང་དེ་པ་སྐྱལ་བཅོས། མོ་ངན་  
 ནི་སྤོང་ཕྱག་དེ་བྱ་སྐྱལ་བཅོ་སྐྱེ་འདུགས། མཚན་ལ་གཉིད་ལོག་ཅ་ན། འབྲོང་  
 གི་ན་མཚོག་ནང་དུ་འདུག་གང་ཚུག། ཞག་ཅིག་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གིས་ཁ་རའི་  
 དྲུག་ཞིག་ཟེས་ཏེ། དུ་རུས་དུ་རུས་བཅོས་པ་སང་། འབྲོང་ཆེན་གྱིས་ཟེངས།  
 ལྷ་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་འདི་རིང་ཁྱོ་རང་གིས་ཅི་ཟེའད་ཟེངས་པ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་  
 ཕྱག་གིས། ཨ་བ་འབྲོང་ཆེན་ལོ། འདི་རིང་ངས་ང་རང་གི་སྐག་གཡས་པ་  
 སྤང་སྐྱེ་ཟེའད་པ། སྤྲ་ཞིས་པོ་ཞིག་དུག་ཟེངས་པ། འབྲོང་གིས་ཟེངས། ང་ལ་



ཅ་བྱེད་ཏེ། ངས་ཐུང་ཡིན་ཟེར་ས་པ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕུག་གིས་ཁ་རེ་དྲ་  
 ཀྱིར་ཞིག་བཏང་ས། འབྲོང་གིས་དེ་བོ་ཟེས་དེ་མ་ཞིས་པོ་ཞིག་ཚར་དེ། བླ་མོ་  
 ངན་ནི་སྤོང་ཕུག། ངའི་སྤྱི་ག་པོ་ཡང་མིང་སྟེ་དྲོང་ཟེར་ས་པ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་  
 ཕུག་གིས། འབྲོང་དེའི་སྤྱི་ག་པོ་ཡང་མིང་སྟེ་པང་སྟེ། ཚབས་ལ་ཁ་ར་ཞིག་  
 ཟེལ་བཏང་ས། འབྲོང་ལ་མ་ཞིས་པོ་ཚར་དེ་ཡང་ཟེར་ས། བླ་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕུག།  
 འདི་བོ་མ་ཞིས་པོ་ཞིག་རག། ཡང་སྤྱི་ག་པོ་མ་ཡང་མིང་སྟེ་དྲོང་ཟེར་ས་པ།  
 མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕུག་གིས་སྤྱི་ག་པོ་མ་ཡང་མིང་ས། དེ་ནས་འབྲོང་ཆེན་ལ་སྤྱི་  
 མཐོང་ཅས་སོང་པ་སང། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕུག་གིས་ཞག་དང་ཞག་དུག་ཏུ་དང་  
 དུག་ཏུ་རེ་བཏང་གིན་ཞིག་བོར་ས་པ། འབྲོང་ཆེན་དེ་ཞག་དང་ཞག་གྲེན་པ་ཞིག་  
 སོང། དེ་ནས་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕུག་གིས་ཟེར་ས་པ། ཡ་བ་འབྲོང་ཆེན་རི་རི།  
 ཉེ་རང་གྲེན་གྲེན་སོང་དོག་པ། ཅི་ཞིག་རག་ལ། འབྲོང་གིས། ང་ཞག་དང་  
 ཞག་གྲེན་པ་ཞིག་ཆ་རག་ཟེར་ས་པ། དེ་ནས་ཡང་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕུག་གིས། ཡ་བ་  
 རང་ལ་གྱིབ་ཅིག་སོང་མཁན་ཡིན་ནོག། ངས་སངས་ཤིག་བཏང་ཡིན་ཟེར་དེ།  
 ཤིང་དུམ་བུ་བཟུ་ཟས་བཅོསྟེ། འབྲོང་དེ་ལང་བཟུག་སྟེ་གྲོད་པའི་ཡོག་པ་བོར་  
 དེ་མེ་ཞིག་བདུག་སྟེ་ཁྲིས་ཀྱ་ཚོ་བཏང་སྟེ་ཟེར་ས། སང་ངོ། སྟེང་ལྷ་ཡུལ། བར་  
 བཅོན་ཡུལ། འོག་ཁྱུ་ཡུལ། སང་ངོ་ཟེར་དེ། འབྲོང་གི་སྤྱི་ཁ་ཚང་མ་མེ་ལ་  
 བདུག་སྟེ་མན་ན་མེད་མཁན་བཅོས། དེ་ནས་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕུག་གིས་ས་དོང་ཆེན་  
 མོ་ཞིག་བཅོསྟེ། དེ་ལ་བོག་སྤུབ་མོ་ཞིག་བཅོསྟེ་བོར་ས་ནས་ཁྱུ་འདི་ལྟར་རོ།།

ཡ་བ་འབྲོང་ཆེན་ཁྱོད་དེས་ད་ཉོན་དང།

འབྲོང་ཆེན་རི་རིས་འང་བདག་ལ་གསན་དང།

འདི་རིང་དང་གིས་ཅེན་མོ་ཞིག་ཅེན་ལོ།

པ་བྱ་གཉིས་ཀས་ཡངས་པ་ཞིག་ཅེན་ལོ།

བྱ་ཚང་རང་ཤོར་ཚུལ་ཞིག་བཅོ་ཡིན་ལོ།

ཨ་བ་ཉེ་རང་གིས་འདེད་ཚུལ་ཞིག་ཅོས་ལོ།

དེ་རྒྱག་ཟེངས་པ། འབྲོང་དེ་ལ་སྤོ་ཡོང་སྟེ་ཟེངས། ཁྱོད་སི་ཡུལ་  
ལི་སི་དེ། ཁྱེད་མེད་མཁན་འདུག་ཟེར་དེ། ཀྱ་ཚོ་དྲག་པོ་ཞིག་བཏང་གིན་ཞིག་  
དེད་བཏངས་པ། མོས་པ་གསུམ་བཏང་སྟེ་ན། འབྲོང་ཆེན་རི་རི་དེ་ས་དོང་ནང་  
དུ་བྱད་དེ་སོང། དེ་ནས་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་མགྲོགས་པ་ཡོང་སྟེ། མདའ་དང་  
མདུང་རྒྱབ་སྟེ་འབྲོང་ཆེན་དེ་ནང་དུ་བསད་བཏངས། རྒྱགས་པ་དེ་ཤུ་ཅེས་ལ་  
མགོ་རྒྱག་པ། ཡང་ཤུས་པ། ཡང་གསོབ་སྟེ། མ་ཉན་པ། དེ་ནས་ནས་  
མཁའ་ན་པོ་རོག་པོ་མོ་གཉིས་ཕྱར་དེ་ཆའད་ཚུག། དེ་གཉིས་ཀས་དཔེ་ར་ཞིག་  
བཏངས། མོ་པོ་རོག་དེས་པོ་པོ་རོག་ལ་ཟེངས། བླ་པོ་པོ་རོག། དེ་སི་  
ཡུལ་ལི་སི་ལ་ལྷོས་འང། འབྲོང་དེ་བསད་པ་ཤེས། ཤུ་ཅེས་དེ་ས་ཤེས་པ་  
ཡིན་ནོག། པོ་པོ་རོག་གིས་ཟེངས། དེ་ནས་ག་རྒྱག་ལ་ཤུ་ཅེན་བླ་ཟེངས་པ།  
མོ་པོ་རོག་གིས། དེ་རྒྱག་ལ་ཤུ་ན། ཁྱོད་རྒྱ་བ་གཅིག་ལ་ཤུ་སི་ཚར།  
ཙ་མིག་ཤུ་འིན་ཞིག་དང་གསེད་དེ་བྱར་ཆ་ཞིག་རྒྱབ་ན། དེ་ནས་མགྲོགས་པ་ཤུ་  
ཚར་ཡིན་ཟེངས། དེ་རྒྱག་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་ལ་བྱ་སྒྲ་གོ་སྟེ་གསེད་དེ་བྱར་ཆ་  
ཞིག་བཅོ་སྟེ། ཤུ་ཡི་ཚོར་དང་བྱར་ཆ་རྒྱབས་པ། དེ་ནས་སྤྱོ་མོ་ཞིག་ལ་ཉན་  
སོང། ཤ་ཚང་མ་བོར་དེ། རྒྱགས་པ་དེ་རྒྱང་གོད་དཔེར་པ་ལ་བཀལ་དེ་སྤྱིང་  
ཡུལ་ལ་ཁྱོངས་པ། དེ་རུ་བསྐྱེབ་སྟེ་མཁར་ལ་ཁྱོར་དེ་བཏོངས་པ་སང། སྤྱིང་

མཁར་དང་ཡུལ་ཚང་མ་ཁྱིད་ནི། འདོམ་དགུ་ལྷག་མ་ལུས། དེ་ནས་ཡང་སོང་ན་  
ནི་སྲིང་ཕྱག་ལ་ཇོ་ཇོ་འབྲུག་མ་ཐོབ་ཟེར་དེ་ལྟར་མཁར་ཚང་མས་ཀྱ་ཚེ་བཏངས། ॥

No. 6.

དེ་ནས་ཡང་ཡབ་བཏན་པ་དང་ཡུམ་སྟོན་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་བཙོ་སྟེ་  
ཟེརས། དེ་ལ་མི་བཏང། བྱ་ཉི་མ་ཁྱུང་ཅུང་གི་ཤོག་པ་ཞིག་སུས་ཁྱོང་ན།  
དེ་ལ་ངའི་བྱ་སོ་བག་མ་ལ་བཏང་ཡིན་ཟེརས་པ། ཡང་གླིང་གི་དཔའ་བོ་ཚང་  
མ་བྱ་ཉི་མ་ཁྱུང་ཅུང་གི་ཤོག་པ་འཁྱོང་བ་ལུང་པ་སོ་སོའི་ནང་དུ་སོང་བས།  
སོང་ན་ནི་སྲིང་ཕྱག་དེ་བྱ་ཚང་མའི་ཡུལ་ལ་སོང། དེ་ལས་ཐོག་དུ་དུག་ཤ་ཤོ་  
ལོང་དེ་ཡོད་ཚུག། མི་ཚང་མ་དེ་ཤོ་ལོང་ལ་འཁོར་དེ་མེན་བ་ཆ་ཉན་བ་མེད་ཚུག།  
འཁོར་དེ་ཆ་ན། རྒྱ་བ་གཅིག་གི་རིང་ཡོད་ཚུག་པས། སོང་ན་ནི་སྲིང་ཕྱག་དེ་  
ལས་རྒྱང་ཤོ་རྒྱན་དེ་སོང་བས། དུག་ཤ་ཤོ་ལོང་གི་མདུན་ལ་བསྐྱེབ་སྟེ། ཀྱང་  
གོད་དབྱིར་པའི་ཁ་ཞོན་དེ། ཤོ་ལོང་ངེ་ཁ་སོང་སྟེ། ལྷ་ཞིག་བཏངས་སོ།

ཤ་དུག་ཤ་ཤོ་ལོང་ཁྱོད་ཉོན་དང་ལོ།

ཁྱོད་དུག་ཤ་ཤོ་ལོང་གིས་ཉོན་དང་ལོ།

ང་ལ་བདུན་ཅུ་ཅུ་ལྷག་ཀྱན་བདུལ་ན།

ཤར་ལ་ལྷ་སྟེ་གོས་པ་བདུན་ཟས་དྲོང་།

ང་མ་གླིང་མཁར་ཅི་དགུའི་མགོ་རི་ལྷན་ན།

ལུབ་ལ་ལྷ་སྟེ་གོས་པ་བདུན་ཟས་དྲོང་།

ང་ལ་ཇོ་ཇོ་འབྲུག་སོ་གོས་པ་ཐོབ་ན།

བྱང་ལ་ལྷ་སྟེ་གོས་པ་བདུན་ཟས་དྲོང་།



ང་ལ་བྱ་ཉི་མ་ཁྱུང་རྒྱུ་གི་ཤོག་པ་ཐོབ་ན།

ལྷོ་ལ་ལྟ་ལྟ་ཤོག་པ་བདུན་ཟམ་དོང་།

དེ་རྒྱག་ཟེར་དེ་པོ་ལོང་ལ་སྟ་ལོ་བདག་ལྟེ། པོ་ལོང་གིས་ཤར་དང་ལྷོ་

ལྟ་བྱང་། རྒྱག་ས་བཞི་རྩ་ཤོག་པ་བདུན་རེ་བདངས། དེ་ནས་མི་དང་བྱ་རིགས།

འགྲུལ་སྐམ་ཚང་ས་ལ་གནོད་པ་མི་སྐུལ་ཅས་སི་པི་ལ་སནའ་པོར་དེ་ན། མོང་ན་

ནི་སྲོང་ཕྱག་དེ་སོང་ལྟེ། ཁོ་བྱ་ཡུལ་ལ་བསྐྱབ་ལྟེ། བལྟ་ཟ་ན། མདའ་གང་ས་

དང་ས་ཐུག་པ། མདའ་གང་གནས་དང་ས་ཐུག་པའི་ཁང་པ་ཞིག་ཡོད་ཚུག།

དེ་ཁང་པ་ལ་སྒོ་དཀར་ཁང་མེད་ཚུག། བི་གང་རྒྱང་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་ཚུག། དེ་འི་

ནང་ན་བྱ་ཉི་མ་ཁྱུང་རྒྱུ་གི་གཞི་དམན་དེ་ཡོད་ཚུག། མོང་ན་ནི་སྲོང་ཕྱག་གིས་

ཁང་པའི་བི་གང་པོ་འི་བདུན་ན་གླུ་འདི་ལྟར།

མདའ་གང་ས་དང་ས་ཐུག་པའི་ཁང་པའི་ནང་དུ་སྐྱ་ཡོད་ལོ།

མདའ་གང་གནས་དང་ས་ཐུག་པའི་ཁང་པའི་ནང་ན་མི་ཆེན་སྐྱ་ཡོད་ལོ།

འདི་རིང་བྱ་ཚང་ཐང་དེ་ལ་ལུས་དེ་ཡོད་ལ།

མོང་ན་ནི་སྲོང་ཕྱག་དེ་ཐང་ལྟོང་ལ་ལུས་ལོ།

འདི་རིང་ང་ལ་བྱང་ས་ཞིག་ཅོས་འང་ལ།

དེར་ཟ་བའི་འདྲེ་ཞིག་ཡོད་ད། སྐང་བའི་ལྷ་ཞིག་ཡོད་ལོ།

དེ་རྒྱག་ཟེར་ས་པ། དེའི་ནང་ནས་ལན་དུ་བྱ་མོ་དཀར་མོས་གླུ་འདི་ལྟར།

ཁྱོད་སི་ཡུལ་ལི་མི་རྒྱང་གིས་ངའི་དངོས་ལ་ཉན་དང།

ཁྱོད་སི་ཡུལ་ལི་ཕུ་གུས་བདག་ཅིག་ལ་གསན་ལོ།

གནས་ལྟར་རི་བྱ་ཡང་རྗེངས་ས་རིག་མེད་ལོ།

འོག་ལྷར་རི་མི་ཡང་ཐིངས་ས་རིག་མེད་ལོ།  
 འདི་རིང་ཚུགས་མེད་སྐད་ཅིག་ས་ཚོར་ལོ།  
 འདི་རིང་ཚུགས་པ་བྱ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་ས་ཚོར་ལོ།  
 བྱེད་མི་ཚུང་དེ་འདི་ཅུ་ག་ཟུག་ལ་བསྐྱེད་ལོ།  
 ངས་བྱང་ས་བཅོ་བ་ལ་ཉན་ཅིས་རིག་མེད་ལོ།  
 ང་ལ་བེང་ཅས་མི་སྒྲོ་ཞིག་མེད་ལོ།  
 བྱི་རང་ཡོང་ཅས་མི་ལས་ཞིག་མེད་ལོ།  
 བྱི་རང་ཡོང་ན་བྱ་ཚངས་ས་བཞིག་པ་ཡོང་ལོ།  
 བྱི་རང་ཡོང་བ་ཉན་ན་བྱ་སྒྲོང་ས་བཅག་པ་ཡོང་ལོ།  
 བྱེད་ལ་ཤོག་པ་ཡོད་ན་འཕྱར་དེ་རིག་ཡོང་ལོ།  
 དེ་ཟུག་ཟེར་ས་པ་སང། མོ་ངན་ནི་སྒྲོང་ཕྱག་དེ་ཕྱ་རོན་ཞིག་ལ་རྩུ་ཕྱི་  
 ཕྱར་དེ། དེ་བྱི་གང་ནང་ནས་ཞུགས་ཕྱི་སོང་ཕྱི་ནང་དུ་བསྐྱེད་སོང། དེ་ནས་ཁོང་  
 གཉིས་ཀ་ས་ཡངས་པ་བཅོ་ཡིན་ཞིག་དང་རྒྱ་བ་གཅིག་ཟེས་འདུགས།

ཞག་ཅིག་མོ་ངན་ནི་སྒྲོང་ཕྱག་གིས་མཁས་པ་བཅོ་ཕྱི། བྱ་མོ་དཀར་  
 མོ་ལ་འདྲིས་པ། བྱ་བྱ་མོ་དཀར་མོ་ལ། བྱ་ཉི་མ་བྱང་ཅུང་དེ་དག་ས་ག་ཅུ་  
 ཡོད་ཚུགས་ཟེར་ས་པ། བྱ་མོ་དཀར་མོས། བྱ་ཉི་མ་བྱང་ཅུང་དེ་རྒྱ་དང་ཉི་མ་དེ་  
 བར་ལ་མཚམས་ལ་འདུག་ཕྱི་ཡོད། ཁོ་དེ་ནི་བྱ་མོ་མིག་དམར་དེ་བྱ་ཕྱི་དེ་ཅིག་  
 ལ་ལས་སྤང་ང་ལ་བེར་དེ་ཡོད། བྱ་ཉི་མ་བྱང་ཅུང་ལ་མཚམས་ཀྱི་ཞག་འཚང་  
 བ་དང་། མི་ཡུལ་ཚང་ས་བཞིག་པ་ཡོང་ཆེན། ཁོ་དེ་ག་ཚང་ས་པོ་ལ་ད་ལ་  
 འཕྱར་ཆེན། ཁོ་དེ་གོ་དེ་པ་དེ་ནང་དུ་ནུབ་བྱ་རིན་པོ་ཆེ། གསེར་ དུལ་

ཟངས་ ལྷགས་ ཏུ་ལ་སོགས་པ་ཡོང་ཆེན། ཉིང་ན་ཁོ་སྤུ་ལ་ཡང་བསད་  
 པ་མི་ཉན་ཅེས་ཡིན་ཟེར་ས་པ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གིས་ཡང་འདྲིས། ཁོ་འི་  
 མཚན་ས་ཀྱི་ཞག་ནས་གང་ཡིན་ཟེར་ས། བྱ་མོ་དཀར་མོས། ཞག་ཉི་ཤུ་ཙམ་  
 གཉིས་ན་མཚན་ས་ཀྱི་ཞག་འཛང་བྱས་ཡིན། དེ་ཙམ་པ་ཁྱོ་རང་སོང་། སྤོན་ལ་  
 བྱ་སོ་མིག་དམར་བསད་དགོས། དེའི་ཉིང་ན་བྱ་ཉི་མ་ཁྱུང་ཙམ་བསད་བྱུང་ཡིན་  
 ཟེར་ས་པ། དེ་ནས་མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་དེ་སོང་བས། ཞག་བདུན་འབྲུལ་ཏེ།  
 བྱ་སོ་མིག་དམར་ཡོད་ས་ཡི་བྲག་གི་དེ་ཙམ་བསྐྱེབ། དེ་ཙམ་བྲག་གི་བ་ཉོ་ཞིག་གི་  
 ནང་དུ་ཡིབ་སྟེ་འདུགས་པ། དེ་མཚན་ལ་བྱ་སོ་མིག་དམར་ལ་སྟྭ་ལས་མང་  
 པོ་ཞིག་མཐོང་བས། གནས་ས་ལངས་པ། བྱ་སྐད་དང་པོ་བདུང་ངོན་ཞིག།  
 བྱ་སོ་མིག་དམར་གྱིས་སྒྲུ་འདི་རྩྭར།

འདི་རིང་མཚན་ནི་སྟྭ་ལས་ངན་པ་ཞིག་མཐོང་ཡོ།  
 མཚན་ངན་ཉིང་དེ་སྟྭ་ལས་ངན་པ་ཐག་ཆོད་རིག་མཐོང་ཡོ།  
 ཨ་ཡི་བྲག་གི་ནང་ན་ཉི་མ་གཉིས་ཡོང་བ་རིག་མཐོང་ཡོ།  
 བྱ་སོ་མིག་དམར་ང་རང་གི་བ་རིག་མཐོང་ཡོ།  
 ཉིང་ན་བྱ་ཉི་མ་ཁྱུང་ཙམ་གི་བ་རིག་མཐོང་ཡོ།  
 བྱ་ཉི་མ་ཁྱུང་ཙམ་གི་ཤོག་པ་དེ་སྤྱིང་ཡུལ་ལ་བསྐྱེབ་པ་མཐོང་ཡོ།  
 འདི་རིང་གི་མཚན་པོ་ངན་པ་ཞིག་རག་གྱི་གྱི།  
 འདི་རིང་གི་སྟྭ་ལས་ཚོག་པོ་ཞིག་རག་ཀྱང་ཀྱང།  
 དེ་ཙམ་ཟེར་ས་པ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གིས་བསས། འོ་མི་སྟེ།  
 ཁོ་གི་ཅེས་སོང་བསས་སྟེ་མང་པོ་འཐད་སོང་། དེ་ནས་གནས་ལངས་ས་དང་།



བྱ་སོ་སྒྲིག་དཔར་བྲག་ཅིག་གི་ཁ་བེང་བ་སང་། མོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་གིས་མདའ་  
ཀྱབ་མྱེ་བྱ་དེ་བསད་བདངས། །

ཁོ་བྱོན་ལ་སོང་མྱེ་བ་ལྟམ་པ། བས་མཁའའི་ལྷོངས་ན་གུར་མཚོགས་  
ཤིག་མཐོང་ངད་ཚུག། དེའི་ནང་ན་བྱ་ཉི་མ་ཁྱུང་ཅུང་ཡོད་ཚུག། མོ་ངན་ནི་  
སྤོང་ཕྱག་ལ་དེ་བོ་ཐག་རིངས་ལ་ཡོད་ཅེས་ཤེས་དེ། བང་ང་ཚོར་དེ། ཁོང་ལ་  
ནས་ཐུབ་ཡིན་བསམ་མྱེ་ཡི་ཐུག་མྱེ། ཐུ་ཐུངས་གཅིག་གི་ནང་དུ་མགོ་བདངས།  
གཅིག་གི་ནང་དུ་ཀང་པ་བདང་མྱེ་གཉིད་ལོག་མྱེ་འདུགས། ཞག་བདུན་ཟས་  
སོང་མྱེ། ཡ་ནེ་བཀྱར་དཔན་སོ་ཡོང་མྱེ། དཔུགས་སེད་དེ་སྒྲུ་ཐོས་ནས་ཁྱུ་  
ཞིག་འདི་ལྟར།

མདའ་ཁྱོད་དཀར་པོས་ལས་བཟུན་འགོ་དགོས་འབྱུང་།

བྱ་ཉི་མ་ཁྱུང་ཅུང་བསད་ཅེས་ལ།

མདའ་ནག་པོས་སྤོག་བཅད་འགོ་དགོས་འབྱུང་།

མདའ་དཔར་པོས་ཁྲག་ལྷགས་འགོ་དགོས་འབྱུང་།

བྱ་ཉི་མ་ཁྱུང་ཅུང་བདུལ་ཅེས་ལ།

ཁྱོད་ཚང་ཀས་བྱ་དེ་བསད་རོགས་མཛོད།

ཁྱོད་ཚང་ཀས་ཉི་མ་ཁྱུང་ཅུང་བདུལ་རོགས་མཛོད།

ཡ་ནེ་སྒྲིག་དེ་རྒྱག་ཟེརས་པ་སང་། མདའ་ཚང་ཀ་བསམ་གྲག་ནང་

ནས་བེང་མྱེ་ན། བས་མཁའའི་ལྷོངས་ལ་སྒྲུ་པིང་གིན་ཞིག་སོང་མྱེ། བྱ་ཉི་མ་ཁྱུང་

ཅུང་དེ་དུས་གཅིག་ལ་བསད་དེ། ས་མྱེང་དུ་བྱུང་དེ་ཡོངས། དེ་ནས་ཡ་ནེ་

བཀྱར་དཔན་ཀྱལ་སོས་སོ་ངན་ནི་སྤོང་ཕྱག་ལ་གཉིད་བཅདས་པས། དེ་དེ་ཚུག་

པ་ས་ལ་བྱད་ཚར་ཏེ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་བྱུག་དེ་གཉིད་ཐོར་ལ་ལ་ཡས་ཚན་སོང་ཕྱེ།  
 ཐོ་ལད་དཀར་པོ་འི་ལྷ་རི་དང་རྒྱང་ས་པ། གྲོད་པ་དེ་ཆད་སོང་། དེའི་ནང་ན་རྒྱར་  
 བྱ་མང་པོ་ཡོད་ཚུག། དེ་ནོར་བྱ་ཚང་མ་ཁྲུལ་ལི་ཁོ་སགས་ནང་དུ་གྱུར་ཕྱེ། ཤོག་  
 པ་ཡང་ཁྲར་ཏེ། སྤྱིང་མཁར་ཕྱོགས་ལ་ཡོངས།

No. 7.

སྤྱིང་གི་དཔའ་བོ་དང་ཡུལ་མི་ཚང་མ་ལ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་བྱུག་གིས་  
 དེ་ཚང་མ་འཁྲར་དེ་ཡོང་ཅེས་ཀྱི་རྒྱ་ཚོར་དེ་གསུང་གོས་པའོ་ཕྱེ། ཁོ་ལ་སྤྱིང་  
 མི་བཏང་བ་ཁྲུལ་ཟེར་དེ་ཨ་གུ་དཔལ་ལེ་བཏངས། དེ་ནས་ལམ་དུ་མོ་ངན་ནི་སྤོང་  
 བྱུག་དང་བྱུག། ཨ་གུ་དཔལ་ལེས་མོ་ངན་ནི་སྤོང་བྱུག་གི་ཀླང་པ་ཐམ་ཕྱེ་ཞུས་པ།  
 འདི་རིང་ནས་པར་ལ་ཉེ་རང་སྤྱིང་གི་སགོ་རི་ཡིན། སྤྱིང་ཁྲུལ་ལྷ་མ་ཀེ་སར་  
 ཡིན། རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མ་གྲོགས་སྐལ་ཡིན། རྩོ་རྩོ་ལ་དངོས་བསྟན་ན་མཛད་  
 ཞུས་པ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་བྱུག་གིས་ཁྲུལ་མོལ་དེ་ཡོངས། སྤྱིང་ཡུལ་ལ་ཅ་བྱག་  
 མ་བསྐྱེབ་པ། ཁྲུལ་ལྷང་ལྷང་གི་ལྷང་ཕྱོད་ཟེར་བའི་ས་ཁྲད་ཅིག་ཡོད་ཚུག།  
 དེ་ཅུ་སྤྱིང་གི་དཔའ་བོ་ཚང་མ་དང་ཡུལ་མི་དང་། རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མ་ཟེར་ཕྱེ།  
 དར་དཀར་ཞིག་རིང་དུ། དར་དམར་ཞིག་བྱང་དུ་བཏང་ཕྱེ། ཀལ་ས་ལ་ཇ།  
 ཀལ་མོན་ལ་ཆང་ཁྲར་དེ་ཐོག་ཀ་ལྷོར་མང་པོ་དང་། རྩོ་རྩོ་ལ་ཞབ་གི་ལ་དར་ལྷ་  
 གོ་ཆོད་མོ་ཁྲིད་དེ། བྱ་མོ་བཀྱ་ཟམ་དེ་ཅུ་བསྐྱེབ་སོང་། དེ་ནས་རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་  
 མས་བྱུ་ཞིག་སྤངས།

ཁྲུལ་ལྷང་ལྷང་གི་ལྷང་ཕྱོད་ན་ལྷ་སྐད་ཅིག་ཚོར།

དེ་བོ་ཁྲུལ་ལྷ་མ་ཆེན་མོ་འི་གསུངས་སྐད་རིག་ཡིན་ལོ།

ཀྱལ་ལྷང་ལྷང་གི་ལྷང་ཕྱོད་ན་ཞབས་སྐད་ཅིག་ཚོར།

དེ་ལོ་ཀྱང་མོད་དཔེར་པའི་ཞབས་སྐད་ཅིག་ཡིན་ཡོ།

ཀྱལ་ལྷ་མ་ཆེན་མོས་དབུ་མོག་ཀྱན་བསྐྱམས་ཙ་ན།

གནས་ཕྱོད་མཐོན་པོ་ལ་ཉི་དྲུང་སྤོག་པ་འདྲ།

སྤྱིང་ཀེ་སར་ཀྱལ་པོས་ནས་ཟ་བསྐྱམས་ཟ་ན།

མི་ཡུལ་འོད་དེས་བྱངས་པ་དང་འདྲ།

ཀྱུ་ལ་ཆེན་མོས་སྐྱ་སྐྱ་རགས་བསྐྱམས་ཟ་ན།

དེ་ཕྱོད་ལ་ཉི་ཅེ་ཤོག་པ་དང་འདྲ།

ཀྱུ་ལ་ཀེ་སར་གྱིས་ནས་ཙར་བསྐྱམས་ཟ་ན།

ཐག་ཕྱོད་ལ་ཚུ་ཆར་པག་པ་དང་འདྲ།

ཕྱོན་ལ་ང་ཟངས་ཀྱི་རི་ནང་ཐུག་སོང།

དག་ས་ང་གསེར་གྱི་རི་ནང་ཐུག།

ཕྱོན་ལ་ང་རོ་ཉའི་རི་ནང་ཐུག་སོང།

དག་ས་ང་དདུལ་གྱི་རི་ནང་ཐུག།

དེ་རྒྱག་ཟེར་རིན་ཞིག་ཇོ་ཇོས་ཀ་ལྷོར་སྐྱགས་པ། ཀེ་སར་གྱིས་ཙང་

ས་ཟེར་བ། སྤྱིང་ཕྱོད་ལ་ཉི་བང་བང་ཟེར་པའི་རི་ཞིག་ཡོད་ཚུག། དེ་ཅུ་ཕྱོད།

དེ་ཚུག་པ། མོངན་ནི་སྤོང་ཐུག་བཙོ་ཕྱེ་ཕྱོད་སོང། དེ་རི་ལ་བསྐྱེད་ཕྱེ་ན།

མོངན་ནི་སྤོང་ཐུག་གིས་བྱུ་འདི་ལྟར།

སྤྱིང་གི་ཁྱོག་ཐོང་ཆང་ས་ལ་འདིར་འདུས་གིག།

ཁྱིད་ཁྱོག་ཐོང་ཆང་ས་ལ་དདུལ་གྱི་འགྱུད་བཅང་ཡིན།



སྒྲིང་གི་ན་རྩང་ཚང་མ་འདིར་ཡོང་གི།  
 བྱིད་ན་རྩང་ཚང་མ་ལ་གཡུའི་འབྱེད་བཏང་ཡིན།  
 སྒྲིང་གི་གད་པོ་ཚང་མ་འདིར་ཡོང་གི།  
 བྱིད་གད་པོ་ཚང་མ་ལ་དུང་གི་འབྱེད་བཏང་ཡིན།  
 སྒྲིང་གི་ཨ་མ་ཚང་མ་འདིར་ཡོང་གི།  
 བྱིད་ཨ་མ་ཚང་མ་ལ་ཐུ་ཉིག་གི་འབྱེད་བཏང་ཡིན།  
 སྒྲིང་གི་སྒྲ་མ་ཚང་མ་འདིར་ཡོང་གི།  
 བྱིད་སྒྲ་མ་ཚང་མ་ལ་གུར་གུམ་གི་འབྱེད་བཏང་ཡིན།  
 སྒྲིང་གི་མོན་ཚང་མ་འདིར་ཡོང་གི།  
 བྱིད་མོན་ཚང་མ་ལ་བྲས་བུའི་འབྱེད་བཏང་ཡིན།  
 སྒྲིང་གི་གསེར་མཁར་ཚང་མ་འདིར་འདུས་གི།  
 བྱིད་གསེར་མཁར་ཚང་མ་ལ་གསེར་གི་འབྱེད་བཏང་ཡིན།  
 སྒྲིང་གི་མཁར་བ་ཚང་མ་འདིར་འདུས་གི།  
 བྱིད་མཁར་བ་ཚང་མ་ལ་ལྷགས་ཀྱི་འབྱེད་བཏང་ཡིན།

དེ་རྒྱལ་མོལ་ཡིན་ཞིག་དང་། མི་ཚང་མ་ལ་རྒྱུ་བུའི་རིགས་ཚང་མ་  
 འབྱེད་བཏང་ཚར་དེ། མོ་ངན་ནི་སྤོང་བྱུག་དེ་མེད་པ། སྒྲིང་རྒྱལ་རྩལ་གེ་སར་  
 ལ་གྱུར་དེ། མིའི་ཡུལ་ཚང་མ་འོད་ཀྱིས་བྱངས་སོང་། དེ་ནས་བྲ་མན་ཉ་རིབ་  
 རྩ་གྲོལ་མོ་བཏང་ངན་ཞིག་སྒྲིང་གི་མཁར་ལ་སྒྲོད་དེ། རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མ་སྒྲོགས་  
 ལ་བོར་ས། དེ་ནས་སྒྲིད་པོ་བཙོ་ཕྱེ་ཞིག་བདུན་མཁར་ལ་འདུག་ཕྱིན། བག

སྟོན་ཆེན་མོ་ཞིག་སྤྲུལ་སྤྲུལ། ཁྱོད་ཆེན་མོ་ལ་འདུས་ནས། བ་ལ་དྲུང་དྲུང་གིས་  
གྲུལ་རིག་གིན་ཞིག་ཁྱུ་འདི་ལྟར།

ཡབས་ཐོན་པ་ཨ་བའི་བག་སྟོན་ཞིག་རིག་ལོ།

ཡུམ་སྟོན་མོ་ཨ་མའི་བག་སྟོན་ཞིག་རིག་ལོ།

ཡབས་ཐོན་པ་ཨ་བུ་གསེར་བྲི་ཁ་ཞུགས་འང།

ཡུམ་སྟོན་མོ་ཨ་མ་གཡུ་བྲི་ཁ་ཞུགས་འང།

པ་སྟོན་བཞི་བཅུ་ཞེ་ལྔ་གཡུམ་གྲུལ་ལ་ཞུགས་འང།

མ་སྟོན་བཞི་བཅུ་ཞེ་ལྔ་གཡོན་གྲུལ་ལ་ཞུགས་འང།

ཐང་དཀར་བབས་པའི་གད་པོ་གཞུང་གྲུལ་ལ་ཞུགས་འང།

གྲོ་ཡོས་ཡས་པའི་ན་རྩུང་སྒོར་མོ་གྲུལ་ལ་ཞུགས་འང།

སྟུག་མོ་ཅིགས་པའི་བྲོག་ཐོང་སྒྲི་ཅིས་ལ་ཞུགས་འང།

བ་ལ་དྲུང་དྲུང་ང་རང་དྲུང་བྲི་ཁ་འདུག་ཡིན་ལོ།

དེ་ཟླ་ཟེར་དེ་གྲུལ་བདེ་མོ་རིགས། དེ་ནས་ཁྱོད་སྤྱིད་པོ་ཞིག་བཅོས།

ཁྱོད་བཞེས་དེ། ཡུམ་པ་ཚང་མ་རང་རང་གི་ཁང་པ་ཅུ་སྟང་དོ། གྲུལ་ལྷུ་ས་

ཀེ་སར་དང་ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གྲུ་ས་དང་ཞབ་ཤི་ཚང་མ་མཁར་ལ་སྟང་སྟེ་སྤྱིད་པོ་འདི་ནང་

དུ་འདུགས་སོ།

## ABSTRACT OF CONTENTS.

### THE STORY OF 'ABRUGUMA'S MARRIAGE TO KESAR.

#### No. 1.

The child (Kesar) went to the teacher *r Tse dgu*, to ask him, who was his father. The teacher, knowing that he would come, had ordered his servants who were cutting grass, to send the child to him. The servants gave the child some food, which he pretended to eat, whilst hiding it in his sleeve. Then the child fastened a golden fly to a string and played with it. One of the servants asked to play with the fly. Because he lost it, Kesar asked for a compensation. The servants said, that he had received a compensation already, having got so much food. Now Kesar opened his sleeve and returned to every one what had been given to him. Then the servants acknowledged themselves to be in Kesar's debt and brought some beer and a goat to please him. After that he did them a special favor and cut the grass for them in a miraculous way.

Kesar took the goat before the window of the hermitage and made preparations to kill it. The teacher asked him not to do so, and Kesar promised not to kill it, if the teacher would tell him, who was his father. *r Tse dgu* advised the boy to go to the plain, 'with the three stone-pyramids of black, white and red colour' because there he would be told. The teacher had arrived there secretly before the boy, and was now hidden in one of the pyramids. When the child asked his question, the hermit answered from inside the pyramid, that *Agu Pasang ldan ru skyes* was Kesar's father. Because this was a lie, all the grass and the trees of the 'cold valley' faded at once and became black. Kesar restored the trees and the grass to life again and went to the innermost part of the valley, where he found *Pasang ldan ru skyes*. This *Agu* was astonished to be called 'father' by Kesar. He was loaded with wood and, being furnished with a nose-ring, was led to *Gag bzang lhamo*, where he was introduced as Kesar's father.

#### No. 2.

The boy (Kesar) heard, that the *Agus* had decided to distribute the land *gLing* among them. He went to the place of meeting, dressed like a monk. On the way there he met with *Agu dPalle*, who invited him to take a seat on the horse behind him. He did so and caused a host of lice to attack the *Agu*, so that the *Agu* almost lost his temper.

The boy asked the *Agus* to let him have a part of the land of *gLing*, but the *Agus* gave him only the privilege of being present at every wedding and at every burial and besides that the ford *s Byichu* and the *Groma*-plain. The boy made use of his privilege, but sang comic songs at burials and solemn songs at weddings. To keep him silent, the parties had to give him much money (*nor*).\*

\* Compare Spring-myth of the Kesar Saga, (Shah-version) No. V. 37.



Agu *Khrāi thung* was made chief of the *gLing* land, and to him 'a *Bruguma* was to be given as his wife. The boy went to the ford *sByichu*, and when he saw *Khrāi thung* crossing it, he tore him down from his horse and almost drowned him. Then he excused his rough behaviour, saying that he had not known, that the rider was Agu *Khrāi thung*.\*

## No. 3.

Then Kesar went to the *Groma*-plain to gather *Groma*-roots. Maiden 'a *Bruguma* went there for the same purpose together with her servant. She was not successful, and her hand-maid asked the street-child (Kesar) to give some *Groma*-bread to the lady. He gave his bread under the condition that every bit which was eaten, would grow again, as was the case when he ate. Because, however, nothing was brought back again, he teased the maiden, saying: 'When I meet a dog, the dog shall hear of it; when I meet a man, the man shall hear of it.'†

To please the street-child, 'a *Bruguma* invited him to a festival next morning. The boy went to her house earlier than anybody else and hid himself behind the upper door beam. When all the girls were assembled, 'a *Bruguma* told them to shut the door and to keep the street-child away, because he would make everything dirty (*rtso*gpo). Then the boy made his appearance on the upper door-beam.‡

He touched the heads of the girls, and all of them fell asleep. A neighbour had a she-ass that was with child. He kicked her, and a foal was born. He cut off the foal's head and placed it on the bed of the girl who was nearest to the door. Then he opened the windows and called up the girls. She who was nearest to the door, put the foal's head on her neighbour's bed, and so on, until the last of the girls placed it in 'a *Bruguma*'s goat-skin. When she rose, it fell to the ground. Then the street-child, making much noise, cried: 'A donkey's head was born to maiden 'a *Bruguma*! When I meet a dog, the dog shall hear of it; when I meet a man, the man shall hear of it.'§

The girl invited the street-child to an engagement-feast (*grogs chang*), and the boy went there, carrying one ear, cut from the donkey's head. Agu *Khrāi thung* was seated on a golden throne, and all the other agus were seated on turquoise thrones. The street-child sat on a wooden chair at the head of all beggars. Maiden 'a *Bruguma* went before Agu *Khrāi thung* with a pot of beer and said: 'Not touching the pot with your ten fingers, not touching your lotus-mouth, not

\* Compare Spring-myth of the Kesar-Saga No. V, 26-36. It is interesting to see, that Agu *Khromo* of the Sheh-version is represented by two different Agus in this Lower Ladakhi version, here by Agu *Khrāi ngo khra thung*, and in fasc. No. II, by Agu *ḍKa blon ldanpa*.

† As regards this tale and the following, they may be compared to Spring-myth of the Kesar Saga, No. VI-IX. This tale in particular to No. VI, 1-9. The quotation 'when I meet a dog, etc.' seems to have its origin in the belief of the Ladakhis that the dog is the most perfect creature next to man; it is believed to be a higher creature than woman. The Ladakhi lamas will say, that the spirit of the gods may dwell in a dog, but never in a woman.

‡ Compare Spring-myth, No. VI, 10-16.

§ Compare Spring-myth (Sheh-version), additions No. 10.

tasting with the silken knot of your tongue, not swallowing it with the golden vessel of your throat; take the beer and tea with your soul, and place it again on the ground!' The agu took the pot with his hands, but when he saw the street-child, he became quite confused, and the pot fell to the ground. Then Agu *d Palle* and all the other agus were asked to drink, but none of them could do as required.

When the maiden came before the street-child, he said. 'Look here, lady!' and showed her the donkey's ear. Then she addressed the boy as a 'beggar on a wooden chair, with dirty hands, with a mouth like a privy, with a tongue like a rasp, and a long throat.' Before drinking, the street-child rendered a prayer to the nine *lha* and *klu* who were born with him, to *dBangpo rgyabzhin*, mother *sKyabs ldun*, *l Jigpo*, and to his paternal and maternal deity. Then with his stick studded with dog's teeth he threw the pot towards the sky, drank all the beer and placed the tea-pot filled on the ground. Now all the beggars made a noise, saying: 'Our street-child has received maiden 'aBruguma' [as his bride].\*

#### No. 4.

'aBruguma's parents had prepared a golden throne and a curtain of white silk for the bridegroom. But because a street-child had become the bridegroom, they exchanged the silken curtain for one of black goat's hair, and the golden throne for a ragged carpet, which was spread on the floor the wrong way. When the boy arrived on a litter carried by beggars, he sat down wrong way about on the carpet (with his face towards the wall). For his food he received some flour with chaff. Father *Thonpa* was looking away, mother *sNgonmo* was looking at the floor, and 'aBruguma was poking the fire. Then the street-child taught the little dog to jump three times in each of the four directions. This he did and left so much dung, that everybody had to leave the room on account of the bad smell.†

At night the boy received an old hide and was taken to the straw-barn. 'aBruguma's parents had tigers, leopards and other beasts to watch the door. The boy cut the hide into many pieces, and left it before the door, together with some bones. Then he ran away to the valley *Drimo dgu chod*.‡

Next morning the beggars came to see the boy, and as he could not be found, 'aBruguma was afraid of the vengeance of the beggars. She went to Agu *d Gāni*, and asked him to cast the lot and to tell her what had happened to the street-boy. He said: 'Oh thou girl with a red mouth, with a red tongue, who art fat in consequence of eating good food, who art walking about in the streets with a beautiful dress! The vengeance of the beggars will overtake you! I do not know the science of casting lots.' The girl went home crying, but was sent to Agu *d Gāni* once more with a golden plate, filled with pearls. Now the agu told her, that she would have to go first to the copper-hill and to the gold-hill, then to the lead-hill and to the silver-hill, and that

\* Compare Spring-myth, No. VI, 17-69.

† Compare Spring-myth, No. VIII, 1-3.

‡ Compare Spring-myth, No. VIII, 4-6.



she would have to eat buck-wheat and look-water, later on cakes and sweet water. 'In the valley *Drimo dgu chod* there is a little elevation. On that you must build a wall of dung; then you will see him.'

'aBruguma went home and came back with her servant. In the valley *Drimo dgu chod* she found the street-child who had taken the beautiful shape (Kesar's body) and was doing some exercise. (This kind of exercise was described in 'Birth-story of Kesar,' fasc. No. II, 3). It was as if on his right shoulder the sun was rising and on his left shoulder the moon. The girls laughed when they saw him. Suddenly a storm came with snow and hail, and Kesar disappeared entirely. When the rain was gone, he was again the street-child which he had been before. After he had teased the girls, 'aBruguma entreated him to go home with her; otherwise the beggars would avenge him on her.\*

Having arrived at 'aBruguma's house, the boy took an earthen pot and cooked some game in it; but in the eyes of the girls the meat appeared to be that of mice (according to Kesar's sorcery). Then he killed a real mouse and put it secretly into the goat-skin of 'aBruguma. When the meat was cooked, he said: 'One piece is missing! Who is the thief?' All present assured him that no one had stolen anything, but when 'aBruguma rose, the mouse came falling out of her goat-skin. Again the street-child made a noise and teased her.†

#### No. 5.

They went to the land of *gLing*. Although the ladies had started before the street-child, the latter arrived before them. The agus were told, 'Lady 'a Bruguma will be given to him who will bring the hide of the wild yak *Kiri*, and who can spread it over the whole land and castle of *gLing* in such a way, that a remnant of nine 'adom will remain.' 'aBruguma's mother provided the boy with food, and his bag of the skin of a mouse as well as his nut-shell held an immense amount of food, whilst 'a Bruguma's bag was filled at once.

Kesar started with his servants *Drangge* and *Drongge*, and in the evening had his halting-place a short distance from that of the agus. The agus who did not know the country through which they were travelling, wished to find out whether there would be wood or water in the next station. Therefore they sent Agu *dPalle* to find out, what kind of preparations the street-child was making for the next day. Kesar, knowing that *dPalle* was listening in a hidden place, told his servants to gather much wood and to take it along to the next station. Meanwhile Kesar ordered his servants to fill the hides with water, and to carry them to the next station. When the agus arrived there laden with wood, on the second day, they discovered that there was much wood in that place, but no water. All the wood had been carried in

\* Compare Spring-myth, No. VIII, F. 26. It is evident that this Lower Ladakhi version contains a great deal more of nature-mythology than the Sheh-version. This passage shows plainly, that Kesar's beautiful shape is connected with sunshine, and his ugly shape with rain and storm.

† Compare Spring-smyth, No. VIII, 33-41.



vain, and they were obliged to ask the street-child to let them have some water. Each of them received a few drops.

This time they sent Agu *Anggar l Tsangpo* to the boy's camp to listen. Again they were deceived, because when they had carried much water to the next station (according to what the agu had found out), they discovered that there was plenty of water, but no wood.

Now they sent Agu *dGāni* to the camp of the street-child, and he heard Kesar ordering his servants to open the boxes with the finest clothes, because to-morrow they would arrive in a town. All the agus put on their finest dress, whilst Kesar was using his ordinary dress. There were many thorns on the way, and all the agus arrived in rags in the town and were despised. Only Kesar was honoured with pencil-cedars and beer-pots, adorned with pieces of butter.\*

Whilst the agus were killing much game, Kesar was sleeping. His servants said they were hungry. Kesar killed a wild goat for them but forbade them to spill any of its blood. What they could not help spilling, they licked up at once. On the next day there appeared seven wild goats, with horns of gold, of silver, of shell, of copper, pearl, of turquoise and of coral. They entreated Kesar to protect them, otherwise the agus would annihilate their kind. Kesar promised to help them, if they would show him the place of the yak *Riri*. The wild goats said, that they were under a vow not to show that place. All the same they advised him to go in the direction of the hill to the right. Kesar was pleased to hear that, and in recognition of their services he prayed to the gods and *nāgas*, who were born with him: 'Up to the present day the weapon for hunting was noiseless (the bow); now the weapon may produce a loud noise (the rifle)!' All animals can hear it, when one of them is killed and will run away. This will be their advantage. Formerly they were not warned in such a way.†

Kesar soon found the yak *Riri* and flattered him much. He called him his father and said that he, his son, was frightened by his large horns. The yak readily threw off both his horns, and Kesar went near him.

One day Kesar ate some sugar-bread, and when the yak *Riri* asked him what he was eating, he said: 'I took out my right eye, and I am eating it. It is very sweet.' The yak wished to taste it, and Kesar gave him some sugar-bread instead. The yak now desired to eat his own right eye, which Kesar took out and quickly gave him some sugar-bread instead. In the same manner the yak also lost his left eye. When he was blind, Kesar gave him only poisonous grass and water, until the yak became quite dizzy. To be cured, the yak wished to bring an offering of the pencil-cedar, which Kesar lit under his belly, so that all the yak's skin came off.

\* There is a similar tale to that in the Mongolian version of the saga. (Compare I. J. Schmidt's translation, pp. 74-76). But it looks as if the Mongolian tale was a somewhat misunderstood version of the Tibetan tale.

† It is remarkable that Kesar is said to be the introducer of fire-arms. This is quite in accordance with the belief that he wields the sword of lightning. Compare Ind. Ant. Lad. Songs. No. XXIX.

Then Kesar dug a pit which was covered with a thin roof, and told the yak to try to catch him. The yak made only three steps and fell into the pit. There he was killed with arrows and a spear. When Kesar tried to take off the skin, he did not succeed, because it went back again to the yak's body. Then he heard two crows speaking with one another. They said: 'If that man goes on skinning like that he will not come to an end within a month. He ought to fasten to the ground with pegs of *Lonicera*, whatever little piece is taken off!' Kesar did according to the advice and succeeded. He carried the skin to the *gLing* land, and when he spread it over the land and castle, a remnant of nine 'adom remained. Again the beggars made a noise and said: 'The street-child has received lady' *aBruguma*.\*

## No. 6.

'*aBruguma*'s parents did not wish to give her daughter to the street-child, and said: 'Our daughter will be given to him, who will bring a wing of the bird *Nyima Khyung rung*. The agas went to different valleys, but the street-child went to the land of the birds. Mid-way there was the rock *Dug sha* (poison-flesh). All ordinary people had to spend a full month in going round it. But the boy went to its top and said: 'If I shall be victorious over the devil *Curulugu*, and if I shall gain the *gLing*-castle, '*aBruguma* and a wing of the bird *Nyima Khyung rung*, will you, please, make seven steps towards east, west, north and south.' Then he fastened a nose-ring to the rock, and the rock jumped about as required. Kesar admonished the rock not to do harm to any creature and went to the land of the birds.

There he saw a house which did not touch the earth nor the sky by an arrow's length. It had neither doors nor windows, but a small hole. In that house there lived the family of the bird *Nyima Khyung rung*.†

Kesar asked to be taken in, and *Byamo dkarmo* (probably the moon) answered: 'He may come in, if he is able to fly, but he must take care not to destroy neither nest nor egg'! Therefore Kesar took the shape of a dove and entered the house. About a month he stayed there, enjoying the company of *Byamo dkarmo*. Then he enquired about *Nyima khyung rung*'s abode, and *Byamo dkarmo* said: 'Now he is living in a hermitage between sun and moon, and the bird *So mig dmar* is watching the road to it. When his days of confinement are finished, he will come to destroy the land of men.'‡

In his stomach there are many treasures: gold, silver, copper, iron, shell, etc. His body will become steel, and then nobody will be able to

\* Although it would not be advisable to explain every incident of this tale on the ground of nature-mythology, it does not look unlikely, that the yak *Riri* was the personification of a cloud in the original version.—Here again two versions are apparently told one after the other. According to the first version the skin is taken off by fire, and according to the second by regular skinning.

† Does not this house of the birds look almost like the empty space between the earth and the stars?

‡ That the supposed sun-bird will come to destroy the land of men, is an idea which was probably introduced from India.



conquer him. He will sit in the hermitage for twenty-two more days. Until then you must kill the bird *So mig dmar*; after him you will be able to kill the bird *Nyima khyung rung*.\*

After seven days' walking Kesar arrived before *So mig dmar's* cave. He heard the bird sing, that he had dreamed, how he died himself, and how the bird *Nyima khyung rung* was killed. Then, when he left his hole, Kesar killed him at once with an arrow.

Kesar saw something like a tent in the height of the sky. This was *Nyima khyung rung's* dwelling-place. Because he did not know how to get there, he went to sleep in sorrow. *Ane bkur dmanmo* said with a voice without breath to Kesar's arrows of white, black and red colour: 'Go and kill the bird.' Therefore the arrows flew off with a great noise, killed the bird, and just when the street-child woke up, the bird fell to the ground. Kesar was still a little drowsy, but opened the bird's stomach with his axe of white steel. All the treasures he put into his egg-pocket, took one of the wings and started for the *gLing*-land.\*

#### No. 7.

When the *agus* and the men of *gLing* heard that Kesar was coming, they held a council and sent *Agu dPalle* to meet him. *Agu dPalle* said: 'From this time henceforth thou art the highest hill of *gLing*, the godly King Kesar, and 'aBruguma is thy bride! Please show thy true self to that lady!' Kesar said 'Alright!' and went. At a place called 'top of the king-willow' (the tree of the world) he met with 'aBruguma and many other people who came to greet him. 'aBruguma sang: 'There was a noise like that of many feet, it was caused by *rKyang byung dbyerpa's* feet. When thou [O king], didst put on thy helmet, it was as if the light of the sun was touching the high sky; when thou didst put on thy garment, it was as if the land of men was filled with light; 'when thou didst put on thy girdle, it was as if the morning sun was touching the summits; when thou didst put on thy shawl, it was as if the rain was wetting the rocks. First I went to the copper-hill; now I am near the gold-hill. First I went to the lead-hill; now I am near the silver hill!' Kesar again took the shape of the street-child and went to the hill *Ti bangbang*. Here he distributed his treasures (which he had found in *khyung rung's* stomach). The young men received the silver—the young ladies the turquoises—the old men the shells—the mothers the pearls—the lamas orange flowers—the monks some reeds—the gold-smiths some gold—the black-smiths some iron.

\* This tale of the conquest of the sun by Kesar is possibly to be understood in this way: although the men of *gLing* could see the sun on the sky during winter, they noticed that he did not do anything profitable to the earth. They did not know that the power of the sun depends on the angle of his rays. But they saw that several months later the earth was blessed by the sun. Therefore they concluded that there must exist a power superior to that of the sun (Kesar in his nature of a spring-god or god of the seasons), which compelled the sun to yield his treasures. The killing of the sun-bird as well as that of the giants is not to be taken seriously. They all come to life again, their death seems to express the idea that the conquest is a complete one.



Then again he took the shape of Kesar, and the whole land of men was filled with light. They went with music to the *gLing* castle, where he received 'aBruguma as his wife, and they remained together for seven days.

Then the little dwarfs came and arranged the feast in this way: Father *Thonpa* was placed on a golden throne, and mother *sNgomo* on a turquoise throne, 45 *phaspu* (male relatives) sat on the right side, and 45 *maspu* (female relatives) on the left side, the old men, beautiful like white eagles, sat in the middle, the girls, beautiful like fresh parched grain, formed a circle; the young men, with their beautiful teeth, rose for a dance, and the little dwarfs sat on thrones of shell.

When the feast was over, all went to their homes, but Kesar and 'aBruguma went to the *gLing*-castle and lived there in peace.

# VOCABULARY AND NOTES.

## No. 1.

ཁམ་བུ། *khambu*, a bite (of bread).

ཕུ་བུངས། *phuthungs*, = *phu dung*, sleeve.

ངས་གཅིག་འཁྲུ་ཡིན། I shall carry [it] a little; *ycig* = a little.

འདྲ་ཅས། 'adras, compensate

འདྲ། 'adra, compensation.

ཟེར་རེ། *zerre*, = *zerte*, saying.

སི་སྟན། *si snyan*, said to be the same as *ysung snyan*, well-sounding.

སྟོག་ཁག། *srog khag*, responsibility for [somebody's] life.

གློང། *rgong*, = *gongba*, collar.

ཟེར་བྲགས། *zer thabs*, argument.

ཟམ། *sama*, = *rdzama*, pot.

ཐེ་ཡོར། *theyor*, a stone-pyramid, erected on hill tops in honour of the gods.

ཁས་དནན། *khas dman*, shame, contempt.

རོགས། *rogs*, = *sgrogs*, help.

མེ་བདུག་ཅེས། *me btugces*, to light a fire, the same as *btugces*.

ཁོལ། *khol*, bud; eye of a tree.

དྲིམོ་དགུ་ཚོད། *drimo dgu chod*, said to mean 'smell of dung;' name of a valley.

## No. 2.

སྒོ་ཅེས། *sgoces*, = *bgodpa*, distribute.

རོ་སྒ། བག་སྒ། *ro sna bag sna*, a man who is present at burials and weddings, and who receives some food in recognition of his presence.

གྲིག། *grig*, good; enough.

གོན་ཅེས། *gonces*, clothes.

ཁྲའི་ཐུང། *khrai thung*, the abridged name of *Agu Khrai mgo khra thung*.

ཐ་ས། *thama*, shore; the 'end' of the water.

## No. 3.

དགྲི། *tagi*, bread; the original spelling is probably *takyir*; it became *tagir* and *tagi* in Central Ladakh, when the *y* was lost. Compare *kyirmo* = *girmo*, Rupee.

མང་ང་མི་ལུས། *mangnga mi lus*, it will remain the less.

ཡ། *ya*, exclamation, meaning about 'yes'; it does not express much respect for the addressed person.

ཨོ་ནོ་ནོ། *ohoho*, exclamation, expressing contempt.

ཁྲེལ་ཅས། *khrelcas*, to feel shame.

ཐོ་རས། *thoras*, = thore, to-morrow.

ཡི་སྤྲུན། *isun*, a feast with beer; compare *i* in Jäschke's dictionary.

ཨོ། *o*, exclamation, expressing astonishment.

ཟེར་རད་པ། *zerradpa*, said; abridged for *zerradpin*.

ཤང་པོ། *shangpo*, clever.

གཡངས་པ། *gyangspa*, pleasure, games.

རྫོག་ཆོང། *rdog chong*, a kick with the foot.

མལ་ཅོ། *maltse*, bed.

གཡོག་གོར། *gyog gor*, = *gyog khor*, or *gyog skor*, the sheep-skin worn by ladies.

ཤག་གི་ཁྲི། *shaggi khri*, a throne made of willow-branches.

མཐོ་དགུ་མ། *ntho dguma*, 'ninefold on the top,' i.e., there were nine pieces of butter (*kalcor*) on the top of the beer-pot.

བཟངས། *bzangs*, = *bzang*, good.

དཀར་ནས། *dkar nas*, white barley; the best kind of barley.

གསུམ་ཆང། *γ sum chang*, 'the third beer;' when a girl is to be given to a husband, there are at least three feasts given to the suitors; each about one month after the preceding one. Here two feasts have been given already; this is the third.

བྱང་པ། *bungpa*, = *pungpa*, vessel.

རྫིད་པ། *rmidpa*, = *midpa*, to swallow.

པན་ཆུང། *pan chung*, a little lama of no rank; compare *panpon*.

སྤོང་པོ། *srongpo*, or *srungpo*, beggar.

སྤོང་ཕུག་ཀུན། *srong phrug kun*, 'you street-child and you other low-caste people!'



སེ་ཡག་ཅན། *seyagcan*, rough.

ཆག་ར། *chagra*, the privy.

རིང་ས་ནས། *ringmanas*, with the long [throat]. The ablative is used here instead of the instrumental.

སྤུང་རོགས། *spung rogs (sgrogs)*, assistance.

ཕས་ལྷ། མས་ལྷ། *phas lha mas lha* ; in these words the spelling is incorrect; the actual pronunciation, according to Mr. Ribbach's researches in Sheh and Leh, and my own researches in Khalatse, is *pha zla* and *ma zla*. The forms *pha zla* and *ma zla* are used alternatively with *pha hla* and *ma hla*. (This is the actual pronunciation of *lha*). It is quite possible that in the compounds *pha zla* and *ma zla* the original form of the name of the gods (*lha*) was preserved; *zla* was pronounced *hla*, when all consonants before *l* became *h*; *hla* was wrongly written *lha*, perhaps for graphic reasons.

ནང། *nang*, = *dang*, with.

## No. 4.

ཡབས། *yabs*, = *yab*, father.

ཡོལ་ལ། *yolla*, = *yolba*, curtain.

ཕིར་ཡོག་ལ། *phirlogla*, = *phyilogla*, perverse in the wrong way.

ཤག་གི་ཁ། *shaggi kha*, on broken branches.

པལ་གྱི། *palkyi*, dandy, palanquin; Urdu; *palkyila*, like a palki.

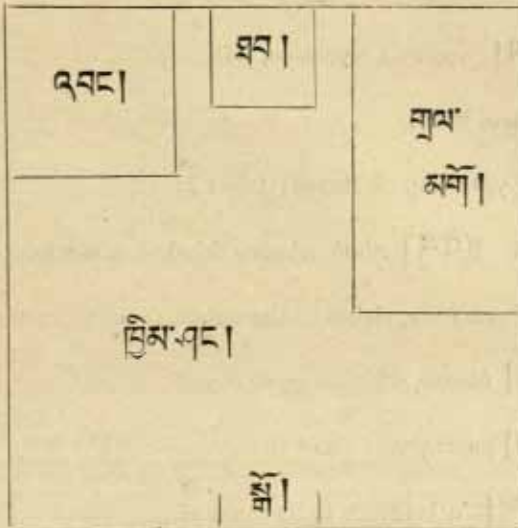
བནྟན་པ། *brtanpa*, this is the other name of 'aBruguma's father.

ཁྱིམ་ཤང། *khyim shang*, the principal part of the room in a house.

འབང། 'abang, place of the women (in a house).

གྲུ་མགོ། *gral mgo*, place for men (in a house).

This is the plan of the principal room of a Lower Ladakhi house :



ལྷིན། *lcin*, = *lei*, dung, urine.

ཕུག་རགས། *phug rags*, barn for broken straw (*phub*.)

སྟེལ་བ། *nyalba*, put down ; causative of *nyalba*.

ཤང་ཀོག། *shang kog*, a skin, used for clothing.

དོང་རྟོག། *dong tog*, really.

པན་ཅུང། *pan jung*, = *pan chung*, little lama.

སྒོ་ཁག། or སྒོ་འདྲ། *sgo khag*, *sgo 'adra*, responsibility for somebody's life.

ལགས་མོ། *lagsmo*, = *legsma*, good, beautiful.

སྤང་ཁོར་མོ། *srang khormo*, idler in the streets, is also used for public woman.'

འདྲག་ཅས། *'adzagcas*, = *adzegpa*, climb.

ཤི་ལང | *shi lang*, = *lei lang*, dung.

གཡོམ་མ | *gyomma*, = *gyonma*, left.

ར་རུ | *raru*, wind.

གཡཱ | *gyā*, heap of stones ; (slate ?)

རྩབ | or རྩབ་ར | *rdzab*, *rdzabra*, kind of a mouse.

ནང་ནོར | *nang nor*, riches in the house, (*nang*).

བཅོ་ཅས | *btsocas*, = *'athsodpa*, to cook.

བོག་ཅས | *pogcas*, take away (from the stove).

འཛང་ཅས | *'athsangcas*, to be complete.

ཟེར་ཏེ་ཡིན | *zerpe yin*, = *zerpa yin*, said.

ཀག | *kag* and ཅབ | *cab*, suddenly.

#### No. 5.

ཇོ་ཇོ་པ | *jojopa*, or *jojorangpa*, the ladies as a body (of walkers).

རྩ་ལམ | *rdza lam* a stony (not a clayey) road.

རི་རི | *Riri*, name of a wild yak.

འཁྱིད་ཅས | *'akhyedcas*, overshadow, (not only 'distribute').

ཀྲ་ལུ་ས་སེ | *kraphusse*, rat.

འདོན་ཕྱོན | *'adon phrona*, portion of food.

བྲང་གོ | རློང་གོ | *Drangge*, *Drongge*, names of Kesar's servants ;  
till now-a-days very simple people are called by those names.

ཆང་རྒྱལ | *chang rkyal*, hides for beer.



ཟབ་ན། *zabna*, if [we] put on silk (or another beautiful dress).

དེན་ན་ཟབ་ན། *denna zana*, at the very same time.

སོག་ལྷི། *sog ldi*, elastic piece of wood to throw stones with.

གོས་ཅས། *goscas*, to spill.

རྩུ་དེ། *zunte*, entering, traversing.

དུ་བག། *tubag*, = *tupag*, gun, rifle.

དེ། ལྟེ། *te* or *ste*; as regards my system of differentiating between

the *te* and *ste* of the gerundive: besides those cases where only *te* is possible, *te* is also used, if the present tense of the verb shows an *s* already.

Thus I write འཛིགས་དེ། but བཏང་ལྟེ། I write འཁྱེས་དེ། but ཟུམ་ལྟེ།

མགོ་ཙོག་ཙོག། *mgo cog cog*, nod with the head; instead of saying 'yes.'

ལྷག་ལྟེ། *stagste*, = *btagste*, lifting.

གཞུ་མགོ། *γzhum mgo*, = *γzhu mgo*, bow-head.

པ་སྐལ་བཅོཅས། *pha skal bcocas*, honour [a man] like a father.

དུ་བཅ། *turum*, imitates the sound of chewing.

སངས། *sangs*, offering of pencil-cedar.

དུ་མ་བྱ། *tumbu*, probably the original form of *dumbu*, a certain quantity; see Lad. Grammar, introduction, tennis.

སང་ངོ། *sangngo*, = *sangs lo*, hallo, an offering!

རེན་མོ། *rsenmo*, a spectacle.

རེན་ལོ། *rtsen lo, = rtse yin lo, [we] will play.*

ཡངས་པ། *yangspa, = yyangspa, spectacle; perhaps related to dbyangs.*

མགོ་རྒྱལ་ཅས། *mgo zugcas, = mgo 'adzugpa, begin.*

བུར་ཅ། *burcha, = bur, bolt, peg.*

## No. 6.

བྱ་ཉི་མ་རྒྱུང་རུང། *bya nyima khyung rung, the bird, the sun khyung rung, name of the sun-bird; compare khyung dkrung.*

དུག། *dug, poison, is invariably written tug in my MS. Also the Ladakhi pronunciation of this word is tug. I suppose that tug is the original form, and that the tennis without a protection became a media. Lad. Grammar, introduction.*

ལྷིངས་ས། *ldingssa, = ldingspa, a flying one.*

ཐངས། *thsangs, = thsang, nest.*

བ་ན། *baho, cave.*

སྒྱིལ་མ། *snyilam, = rmyilam, dream. Dr. Stein's Endere-relics have the form rmyilam.*

ཀྱི་ཀྱི། ཀུང་ཀུང། *kyi kyi, kung kung, imitates the voice of Bya so mig dmar.*

གཉིད་ཐོངས། *nyid the ral, sleepy, drowsy; compare Jäschke, the rel.*

ནུར་བྱ། *nurbu, = norbu, jewel.—I have been collecting words, showing the change from long or short o to u, or u to o. This is a list of them:—*

<i>norbu</i>	becomes	<i>nurbu</i>
<i>srungpo</i>	becomes	<i>strongpo</i>
<i>ombu</i>	becomes	<i>umbu</i>
<i>dondrub</i>	becomes	<i>dundrub</i>
<i>bumo</i>	becomes	<i>bomo</i>
<i>numo</i>	becomes	<i>nomo</i>
<i>nubo</i>	becomes	<i>no (= nobo).</i>

In all these cases the vowel of the first syllable is influenced by the vowel of the second syllable; it becomes the same which we find in the second syllable. There seems to exist in Tibetan a law of sound which is closely related to Professor J. Schmidt's law of assimilation, as proved for Greek. If this Tibetan law of sound should turn out to be correct, it would follow that the name of 'aBrugmo could easily become 'aBrogmo; but 'aBrogmo could not become 'aBrugmo; i.e., the word 'aBrogmo cannot be accepted as the original form for 'aBrugmo.

ཁོ་མགས། *kho mags*, = *kho ma*, knapsack, bag.

རྒྱང་ཅས། *rkyangcas*, fill; probably a causative form of *khyangcas*; both are secondary forms of *gangba*, *skangba*.

## No. 7.

སུས་མི། *sus mi*, a man who is sent to meet a person.

རྒྱལ་ལང་ལང། *rgyal leang leang*, or *rgya leang leang*, the 'chief willow,' or the 'broad willow;' the willow of the world, compare Lad. Songs, No. XXI.

ཞབ་ཤི། *zhabshi*, = *zhabs phyi*, servant, service.

དར་ལྷ་གོ་ཚོད་མ། *dar lha go chodma*, name of 'aBruguma's servant-girl, compare Spring-myth.

ནམ་ཟ། *nam za*, = *na bzā*, clothing.

ཉི་རྩེ། *nyi rtse*, literally 'sun-hill-top'; i.e., the first rays of the sun on high snow-hills.

ནམ་ཅར། *nam tsar*, the shawl which is placed over the shoulders when dancing.

དི་བང་བང། *Ti bang bang*, name of a mountain in *gTang*; seems to mean 'drenched with water' (*bangcas*, *sbongba*).

དམ་བུ། *drambu*, = 'adambu, reed.



དྲ་མན | *draman*, = *daman*, drum.

ཧ་རིབ | *harib*, clarinet.

གྲོལ་མོ | *grolmo*, or *rolmo*, musical instrument.

སྒྲུགས | *sdags*, causative of 'ade*gs*pa, prepare.

བུལ | *balu*, dwarf.

ཏུང་ཏུང | *tung tung*, white.

*General Note on the Vocabulary* :—When writing fascicle No. I and II, I entered only those words in my vocabulary which could not be found in Jäschke's dictionary. Meanwhile Sarat Chandra Das' dictionary was published, and as I believed that all the material contained in Jäschke's dictionary, besides new matter, could be found in Sarat Chandra Das' dictionary, I decided to enter only those words which were not contained in Sarat Chandra Das' dictionary. However, accidentally I discovered that many West-Tibetan words of Jäschke's dictionary cannot be found in S. Ch. Das' dictionary. Probably they were considered superfluous. Therefore I resumed my old practice and noted only those words which are not given by Jäschke. It is evident that Jäschke's dictionary cannot yet be treated as a matter of the past.

---

རྒྱལ་ལྷ་མ་གེ་སར་ལ་རྒྱལ་ཁག་བདུན་བུལ་དེ་ན། རི་དཀར་པོ་ནག་པོ་  
 དམར་པོ་གསུམ་གྱི་ཅ་ཅ་མཚམས་ལ་འདུགས་པས། ལོ་གསུམ་གྱི་བར་དུ་  
 འདུག་ཅེས་བཅོས་པ། དེ་ཅི་ལ་ཡིན་ཟེར་ན། རྒྱ་ནག་གི་ལམ་ས་ཐོབ་པ་སང་།  
 གེ་སར་གྱིས་བསམ། ང་ལོ་གསུམ་མཚམས་ལ་འདུག་ཡིན། དེ་ནས་རྒྱ་ནག་  
 རྒྱལ་པོ་ལ་མཐུ་བཏང་ཡིན། རྒྱལ་ཁག་འབྲུགས་ན་ང་ལ་ལམ་ཐོབ་ཡིན་བསམ་མྱེ།  
 མཚམས་ ཡོག་ ལ་ར་ མ་ག་བྱ ལུ་ཟེར་ བ་ཞིག་ བོར་ ནས་ མཚམས་ ལ་འདུགས།  
 དེ་ནས་ལོ་བྱེད་འང་གཉིས་སོང་བ་དང་། རྒྱལ་ལྷ་མ་གེ་སར་ནས་རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོ་ལ་  
 མཐུ་བཏངས། མཐུ་དེས་རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོ་ལི་སཁར་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཤིག་  
 ནས། རྒྱལ་པོ་ལ་ཕོག་པས། རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོ་ལ་སྤྱིང་གཞུགས་ཆེ་བ་ཡོངས་  
 ནས། ཟན་ཅི་ཡང་ཟེམ་བཅུགས་པ། བང་མིག་ནང་ནས་ཕྱི་ཕྱ་བོང་ས་ཐུབ།  
 དེ་ནས་མོ་བ་བརྒྱ་ཁྲོངས། ཅིས་པ་བརྒྱ་ཁྲོངས། དབོན་བ་ཚང་ས་ཁྲོང་མྱེ།  
 མོ་བཏབ་བཅུགས་པས། མོ་ལི་ནང་ནས་འདི་རྒྱག་ཅིག་བོང་སོང་། ཟུར་མོ་དེ་  
 སྤྱིང་རྒྱལ་ལྷ་མ་གེ་སར་གྱི་སྒྲོན་འདུག། གེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཁོ་རང་འདིར་སྒྲོན་དེ་  
 མིན་བ། ཟུར་མོ་དེ་པན་ཅེས་མི་འདུག་ཟེརས་པ།།

དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་དང་སྐྱེ་བྱས་སང་པོ་འདུས་དེ་གྲུབས་བཅོ་མྱེ། རྒྱལ་  
 པོ་གེ་སར་ལ་ཁྱུ་ཤོག་ཅིག་ཕྱལ་ཅེས་ལ་ཁ་འཆམས་ནས། ཁྱུ་ཤོག་དེ་མི་ཡིས་

འབྱེད་ན། ཀེ་སར་གྱིས་བསད་ཡིན་བསམ་མྱེ། བྱ་མོ་ལྗོང་རེ་ཟེར་མཁན་ཞིག་  
 དང་བཀལ་བས། བྱ་དེས་ཡི་གེ་འབྱེད་ཏེ་ཀེ་སར་རི་མཚམས་ཁང་གི་དཀར་  
 ཁུང་ནང་དུ་ཕངས། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་ཀེ་སར་གྱིས་ཡི་གེ་གསེལ་བ། ཡི་གེ་ནང་  
 དུ་འདི་རྒྱག་ཐིས་ཡོད་ཚུག། ཉེ་རང་ལ་ཟན་དགོས་ནའང་། རོར་དགོས་ནའང་།  
 གསེར་ལྷལ་རོར་བྱ་ཅི་དགོས་ལྷལ་ཡིན། ཉེ་རང་ས་སྤྱོད་ན། རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོ་  
 མི་པན་ཅེས་འདུག་ཟེར་ཏེ་འདུག་པ། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་བསམ། མི་ཞིག་  
 མ་ཡོང་ན། ང་མི་ཆ། ལས་ཡང་མི་ཤེས་བསམ་མྱེ་ས་སྤྱོད།

རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོ་ལ་ཐེབ་རྒྱུ་མོ་སང་པོ་ཡོངས། དེ་ནས་རྒྱ་ནག་རྒྱལ་  
 པོས་རང་གི་ལག་པ་བཅད་དེ་ཁྲག་པོང་མྱེ། ས་ཞིག་རྩ་མྱེ་མི་བཅོ་མྱེ། དེ་བོ་ལ་  
 དབྱགས་བཅུག་མྱེ་ཡང་ཡི་གེ་ཞིག་བཀལ། དེ་མིས་ཡི་གེ་དེ་འབྱེད་ཏེ། ཀེ་སར་  
 གྱི་སདུན་ལ་ཕང་མྱེ་ན། མི་དེ་ལྟོར་སོང་། ཀེ་སར་གྱིས་ཡི་གེ་ལ་བཟྭ་མྱེ་བསམ་  
 རྒྱུ་བཟངས་པ། ང་རང་ཆ་ན་མཚམས་ལ་འདུག་ཅེས་ཀྱི་ལོ་ས་ཚང་། དེ་ཚུག་  
 པ་ཨ་གྲུ་ཁྲི་ཐུང་བཟང་ཡིན་བསམ་མྱེ། ཁྲི་མགོ་ཁྲི་ཐུང་བཟངས། དེ་ནས་  
 ཁྲི་ཐུང་རང་གི་དྲ་ལ་ཞོན་ནས་སོང་བས། ཁྲི་ཐུང་ལ་ལས་ས་ཤེས་པ། ལུན་  
 འཁོར་ཡོང་གིན་ཞིག་ལུས་སོང་། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་ཀེ་སར་ལ་ལོ་གསུམ་སོང་  
 བ་དང་། ང་རང་ཆ་དགོས་ཡིན་བསམ་མྱེ། མཚམས་གཡོག་ལ་ཡོད་པའི་ར་  
 ས་ཀ་བྱ་ལ་བསད་དེ། བྱ་ཞིན་ལ་བཟང་མྱེ་ན། ཀེ་སར་ཡབ་བཟྭན་པ་དང་  
 ལུས་སྤོན་སོ་གཉིས་ཀྱི་སདུན་ལ་སོང་མྱེ་གྲུ་འདི་ལྟར་བཟངས།

རི་ལྷངས་རྒྱད་པའི་ཕྱག་ཅེལ་རིག་ཡོད་ན།

ཨ་བྲ་རང་ཕྱག་པོ་ཡིན་ཡབས་ཐོན་པ་ཕྱག་པོ་ཡིན།



གྱེ་ཐང་ཆུད་པའི་རྒྱལ་བྱ་རིག་ཡོད་ན།  
 ཨ་བ་རང་ཕྱག་པོ་ཡིན་ཡབ་ས་ཐོན་པ་ཕྱག་པོ་ཡིན།  
 ལྷངས་པོ་ཆུད་པའི་བྱང་པ་རིག་ཡོད་ན།  
 ཨ་བ་རང་ཕྱག་པོ་ཡིན་ཡབ་ས་ཐོན་པ་ཕྱག་པོ་ཡིན།  
 ཤིག་གི་རྒྱས་པ་ཆུན་ཅིག་ཡོད་ན།  
 ཨ་བ་རང་ཕྱག་པོ་ཡིན་ཡབ་ས་ཐོན་པ་ཕྱག་པོ་ཡིན།  
 སྤྱར་པ་དཔར་པོ་འི་ཁོང་ཁྲག་རིག་ཡོད་ན།  
 ཨ་བ་རང་ཕྱག་པོ་ཡིན་ཡབ་ས་ཐོན་པ་ཕྱག་པོ་ཡིན།  
 བསེར་གྱི་གསེར་པོ་ཁལ་ཅིག་ཡོད་ན།  
 ཨ་བ་རང་ཕྱག་པོ་ཡིན་ཡབ་ས་ཐོན་པ་ཕྱག་པོ་ཡིན།  
 སྤྲིན་སེ་རོ་ནེ་སེའི་འབྲས་མཚལ་ཡོད་ན།  
 ཨ་བ་རང་ཕྱག་པོ་ཡིན་ཡབ་ས་ཐོན་པ་ཕྱག་པོ་ཡིན།  
 སྤྲིན་པོ་རག་ཤའི་ལག་པ་ཡོད་ན།  
 ཨ་བ་རང་ཕྱག་པོ་ཡིན་ཡབ་ས་ཐོན་པ་ཕྱག་པོ་ཡིན།  
 ཉི་མའི་ཉི་གཟེར་ལག་པ་གང་ཡོད་ན།  
 ཨ་བ་རང་ཕྱག་པོ་ཡིན་ཡབ་ས་ཐོན་པ་ཕྱག་པོ་ཡིན།  
 རླེ་བའི་རླེ་གཟེར་ལག་པ་གང་ཡོད་ན།  
 ཨ་བ་རང་ཕྱག་པོ་ཡིན་ཡབ་ས་ཐོན་པ་ཕྱག་པོ་ཡིན།  
 དར་གྱི་ཐམ་པ་བྲེ་གང་ཡོད་ན།  
 ཨ་བ་རང་ཕྱག་པོ་ཡིན་ཡབ་ས་ཐོན་པ་ཕྱག་པོ་ཡིན།

ཀེ་སར་གྱིས་དེ་ཟླ་འདྲིས་པ་སང་། ཡབ་ཐོན་པས་ལན་དུ་ཐྱུ་འདི་  
ལྟར་བཏངས།

ཐྱིང་གི་རྒྱལ་ལྷ་ས་གྱིས་ངའི་དངོས་ལ་ཉོན།  
རྒྱལ་ལྷ་ས་ཀེ་སར་གྱིས་ངའི་བདག་ལ་གསན།  
རི་ལུང་ཆུད་པའི་ཕུག་ཅེས་དེ་ང་ལ་ཡོད།  
བྱེ་ཐང་ཆུད་པའི་རྒྱལ་བྱ་དེ་ང་ལ་ཡོད།  
ལྷངས་པོ་ཆུད་པའི་བྱང་པ་དེ་ང་ལ་ཡོད།  
ཤིག་གི་རྒྱས་པ་ཆུན་ཅིག་དེ་ང་ལ་ཡོད།  
སྤར་པ་དམར་པོ་འི་ཁོང་ཁྲག་དེ་ང་ལ་ཡོད།  
གསེར་པོ་ཁལ་གཅིག་དེ་ང་ལ་ཡོད།  
དར་གྱི་ཐལ་བ་བྲེ་གང་དེ་ང་ལ་ཡོད།  
ཉི་མའི་ཉི་གཟེར་ལག་པ་གང་ང་ལ་ཡོད།  
ཁླ་བའི་ཁླ་གཟེར་ལག་པ་གང་ང་ལ་ཡོད།  
སྒར་མའི་སྒར་ཚོགས་ལག་པ་གང་ང་ལ་ཡོད།  
སྤྲིན་མོ་རོ་ནེ་མོ་འི་འགྲུམ་པ་ང་ལ་མེད།  
སྤྲིན་པོ་རག་ཤའི་ལག་པ་ང་ལ་མེད།  
དེ་གཉིས་ཀྱི་ཕི་ལ་གང་གི་ལུང་པའི་ཕུ་ལ་སོང།  
དེ་རུ་ངའི་ཨ་ཞང་གཅིག་མཚས་ས་ལ་ཡོད།  
དེ་མེ་མེ་ལ་སྤྲིན་པོ་འི་ལག་པ་ཐོབ་ཡིན།  
མེ་མེ་མཚས་ས་པ་ལ་སྤྲིན་པོ་འི་འགྲུམ་པ་ཐོབ་ཡིན།

ཡབ་ཐོན་པས་དེ་ཟུག་ཟེར་པ། རྒྱལ་པོ་ཀེ་སར་ལུང་པའི་ནང་སོང་ཕྱེ།  
 མཚམས་ཁང་གི་སདུན་ནས་མེ་མེ་ལ་གླུ་འདི་ལྟར་སྒྲུངས།  
 ངའི་མེ་མས་འང་ངའི་དངོས་ལ་ཉོན་དང།  
 མེ་མེ་མཚམས་པས་བདག་ལ་གསན་དང།  
 ངའི་ཨ་བ་ཐོན་པས་ལེན་ཅིག་བཀལ་དེ་ཡོད།  
 ཡབ་ཐོན་པས་ལེན་ཅིག་བཀལ་དེ་ཡོད།  
 སྤྲིན་མོ་རོ་ནེ་མོ་འི་འགྲམ་བ་ཉེ་རང་འི་ལག་ལ་ཡོད་ལོ།  
 སྤྲིན་པོ་རག་ཤའི་ལག་བ་ཉེ་རང་གི་ལག་དུ་ཡོད་ལོ།  
 དེ་གཉིས་ཀ་ཡོད་ད་མེད། ཁ་བར་རིག་ཤོད་ལོ།

མེ་མེ་མཚམས་པས་ལ་གླུ་འདི་ལྟར་བཏངས།  
 ངའི་ཚ་བོས་འང་དངོས་ལ་ཉོན་དང།  
 ཀེ་སར་རྒྱལ་པོས་འང་བདག་ལ་གསན་དང།  
 སྤྲིན་མོ་འི་འགྲམ་བ་ངའི་ལག་དུ་མེད་ལོ།  
 སྤྲིན་པོ་འི་ལག་བ་ངའི་ལག་དུ་མེད་ལོ།  
 དེ་གཉིས་བཅའ་བ་ངའི་ཁྱུ་བཏང་ཡིན།  
 ཉེ་རང་ཞག་བདུན་སྤྲིང་དགོས།

དེ་ཟུག་ཟེར་དེ། མེ་མེ་མཚམས་པས་ལ་ཟངས་ཀྱི་ཁྱུ་གཉིས་ཀ།  
 སྤྲིན་མོ་རོ་ནེ་དང། སྤྲིན་པོ་རག་ཤ་གཉིས་ཀ་འཁྱོང་བ་ལ་བཏངས་པ། དེ་རྒྱུག་  
 བ་ཀེ་སར་དང་མེ་མེ་གཉིས་ཀས་ས་ནོང་ཞིག་བྱ་ཕྱེ། རྒྱལ་པོ་ཀེ་སར་མདའ་དང་  
 གཞུ་ཁྱུར་ནས། དེ་ས་ནོང་ནང་དུ། དཀར་ཁྱུང་ཁྱུང་ཅན་ཞིག་བཅོ་ཕྱེ་ཡིབ་ཕྱེ་



འདུགས་པ། ཞལ་བདུན་སོང་བ་དང། ཟངས་ཀྱི་ཁྱིའུ་གཉིས་ཀས་སྤྱོད་པོ་དང་  
 སྤྱོད་པོ་གཉིས་ཀ་རིའི་ག་བ་འབྱོང་བ་ལྟར་བཀུག་ཕྱེ་བྱོངས་པ། ཀེ་སར་རྒྱལ་  
 པོ་ནས། མཐོག་ས་པ་མདའ་དང་གཞུ་པོང་ཕྱེ། ས་དོང་གི་དཀར་ཁུང་ནང་ནས་  
 མདའ་བཏངས་པ། སྤྱོད་པོ་འལ་པ་དང། སྤྱོད་པོ་འལ་པ་སྤྱོད་པོ་འལ་  
 ཐོབ་སོང། སྤྱོད་པོ་འལ་པ་དང། སྤྱོད་པོ་འལ་པ་བོར་ཏེ། སྤྱོད་པོ་དང་  
 སྤྱོད་པོ་ཤོར་ཏེ་སོང། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་སྤྱོད་པོ་འལ་པ་དང། སྤྱོད་པོ་འལ་  
 འལ་པ་ཁུང་ཏེ་སྤྱོད་པོ་འལ་པ་ཡོང་ཕྱེ་རང་གི་རྟ་རྒྱུང་བྱུང་དབྱེར་པ་ཁྱིད་དེ་ཆོ་ཆོ་  
 འབྲི་གྲུ་མ་ལ་ཡང་མ་ཟེར་བ། མདའ་དང་གཞུ་ཁུང་ཏེ་རྒྱ་ནག་ཕྱོགས་ལ་སོང་།

No. 2.

དེ་ནས་ཞལ་གསུམ་སོང་བ་དང། རི་མཐོན་པོ་ཞིག་ལ་བསྐྱེད་པ་ས།  
 དེ་ཅུ་ཙ་གྲུ་ཁྱིད་ཐུང་ལ་ལས་ས་ཐོབ་པར་ཡོད་ཚུགས། ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཁས་བ་  
 ཞིག་བཙོ་ཕྱེ་སོང་ནས། ཙ་གྲུ་ལ་གཏས་ལན་ལ་ཐུའདི་ལྟར་སྤངས།

ཁྱིད་རྟ་གཅིག་གི་མི་གཅིག་ཁྱིད་དངོས་ལ་ཉན།

ཡུལ་མེད་པའི་ཐང་དུ་ཁྱིད་ག་ན་ཡོངས།

ཁྱིད་འགྲོ་བ་དེ་ནི་གང་དུ་འགོ་ཆེན།

ཁྱིད་ཡོང་བ་དེ་ནི་གང་ནས་ཡོངས།

དེ་ནས་ཙ་གྲུ་ཁྱིད་ཐུང་གིས་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་མ་ཤེས་པ་ཐུའདི་ལྟར་སྤངས།

ཙ་གྲུ་ཁས་བ་པའི་དངོས་ལ་ཉན།

ཡོང་ནི་ང་གླིང་མཁར་སྤྱོད་ནས་ཡོངས།

འགྲོ་བ་དེ་ནི་རྒྱ་ནག་ཁྱིད་ཐོར་གསུམ་དུ་འགྲོ།

སྤྱིང་རྒྱལ་ལྷ་ས་ཀེ་སར་རི་ཕུག་འབྲིས་ཡོད།

རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོ་ལ་ཞུ་ཡིག་ཅིག་འབྲུང་ཡོད།

འགོ་བཤེ་འགོ་ལས་ཞིག་ང་ལ་ས་ཐོབ་པས།

ཐང་ཕྱོང་པ་འདི་ཅ་ལུས་དེ་འདུགས།

ཁ་ལ་ཟ་རྒྱ་མེད་པ་ཡོད།

ལུས་ལ་གོན་རྒྱ་མེད་པ་ཡོད།

ང་ལོག་ཕྱི་ཆ་ན་ཀེ་སར་གྱི་བཀའ་སྤྱོད་ཡོང།

ཉིད་སྤྱིང་ཡུལ་ལ་ཆ་སྐུན་ཞིག་མེན་ན།

ངས་རྒྱལ་ལྷ་ས་ཀེ་སར་ལ་ལོན་ཅིག་ཕུལ་ཡིན།

ཨ་གུ་ཁྲའི་ཐུང་གིས་དེ་རྒྱག་ཟེར་ས་པ། ཀེ་སར་རྒྱལ་པོས་ལན་དུ་ལྷུ་  
འདི་ལྟར།

ཁྱེད་སྤྱིང་གི་དཔའ་བོ་དངོས་ལ་ཉོན་དང།

ཁྲའི་མགོ་ཁྲུ་ཐུང་བདག་ལ་གསན་དང།

ཁྱེད་ཕྱོན་ལ་སྤྱིང་གི་ཁག་འབྲུང་ཅི་ལ་བཅོས།

ཁྱེད་ཀྱིས་དཔའ་བོ་ཚང་མའི་ཁག་དེ་ཅི་ལ་བཅོས།

ཁྱེད་སྤྱིང་ཡུལ་ལ་འདུག་ཟ་ན་རང་ཕྱོད་བཏང་སྐུན་ཡིན།

དེ་རྒྱག་ཟེར་དེ། ཀེ་སར་ནས་ཁ་སང་བོ་ཕྱིས་དེ། ད་ཁྱོད་རང་ལོག་  
ཕྱི་སོང་ཟེར་ནས། ཁྲའི་ཐུང་སྤྱིང་ཡུལ་ལ་ལོག་ཕྱི་བཏང་ས། ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་  
སོང་བའི་ཞག་བདུན་སོང་བ་དང། རི་ཆེན་པོ་བྲག་ཆེན་པོ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་

མཚོ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་ས་ཁྱད་ཅིག་ལ་བསྐྱེབ་པ། ལམ་མ་གྱིས་པས། ཞལ་ཁ་  
 ཤས་འཁོར་ནང་ལམ་མ་གྱིས་པ། དེ་ནས་རི་ཁྱད་ཅིག་པའི་སྐྱེལ་ཅེས་དང་།  
 རྒྱ་མཚོ་ཆུ་པའི་བྱང་པ་གཉིས་ཀ་འཕངས་བཏངས་པས། རི་དང་མཚོ་ཚང་མ་  
 མེད་མཁན་སོང་། དེ་ནས་ཀེ་སར་འཐད་ཀྱིན་ཞིག་སོང་བ། ཡང་ཞལ་གསུམ་  
 སོང་བ་དང་། བྱེ་མ་མང་པོ་ཡོད་པའི་ས་ཁྱད་ཅིག་ལ་བསྐྱེབ་པ། དེ་ཅ་རྟ་མི་  
 གཉིས་ཀ་འགྲུལ་མ་བྱུབ། ནག་མང་པོ་མཐོང་བས། དེ་ལ་ཡང་བྱེ་མ་ཆུ་པའི་  
 ཀྱུ་ལ་ལྷ་འཕངས་པ། བྱེ་མ་མེད་མཁན་སོང་། དེ་ནས་ཡང་ཞལ་གསུམ་  
 འགྲུལ་ནས། ཤིག་མང་པོ་འཛུགས་ལ་བསྐྱེབ་པས། དེ་ཤིག་ཚང་མ་ལ་རྒྱས་  
 པ་མེད་ཚུགས། ཤིག་ཚང་མས་ཀེ་སར་གྱི་ཤ་ཚང་མ་ཟོས་ཏེ་བཀགས་པོ་བཅོས་  
 པས། དེ་ཤིག་ཚང་མ་ལ་རྒྱས་པ་བཅུག་ཕྱེ་བཏངས་པ། ཀེ་སར་དེ་ནས་ཡང་  
 ཐར་སོང་། ཡང་ཞལ་གསུམ་འགྲུལ་ཏེ་ན། སྤར་པ་དམར་པོ་མང་པོ་ཡོད་པའི་  
 མཛུགས་ལ་བསྐྱེབ་པས། དེ་སྤར་པ་ཚང་མ་ལ་ཁྲག་མེད་ཚུགས། ཀེ་སར་གྱིས་དེ་  
 ཚང་མ་ལ་ཁྲག་བཏངས་པ། བཞོད་པ་ས་སྤུལ་བ་ཐར། ཡང་ཞལ་གསུམ་  
 འགྲུལ་ཏེ་སོང་བས། དེ་ཞལ་ལ་མཚན་སོང་ནས་གནས་མ་ལངས་པར། ཞལ་  
 བཅུ་ལྟ་འཁོར་ཡོང་གིན་ཞིག་འདུགས་པ། མི་ལ་ཟན་མ་གྱིས་པ། ཏུ་ལ་རྩ་མ་གྱིས་པ།  
 དེ་རྩ་གསལ་མང་པོ་མཐོང་ཕྱེ། ཀེ་སར་ནས་རྩ་འོག་ཞིག་ཨ་ནི་བཀྱར་དམན་སོ་  
 ལ་ཁྱུ་འདི་ལྟར།

ངའི་ཨ་ནས་འང་དངོས་ཤིག་ལ་ཉོན་དང་།

བཀྱར་དམན་རྒྱལ་མོས་འང་ངའི་བདག་ལ་གསན།

སྤུ་ཚ་ང་རང་ལ་ཉི་མ་ས་མཐོང་བ་ཞལ་བཅུ་སོང་།



དེ་མི་གཉིས་ཀ་ལ་ཉི་འོད་མ་མཐོང་བ་ཞག་བཅུ་མོང་།

ཨ་ནི་རང་གིས་ང་ལ་རོགས་ཤིག་མཛད་ལེ།

དེ་རྒྱག་ཟེར་སྟེ། ཨ་ནི་བཀུར་དམན་མོས་ལན་དུ་གྲུ་འདི་ལྟར།

ངའི་ཚ་བོས་འང་དངོས་པ་ཉིན་དང་།

རྒྱལ་ལྷ་ས་ཀེ་སར་གྱིས་བདག་ལ་གསན།

ཉི་གཟེར་རྒྱ་གཟེར་སྐར་འོད་གསལ།

འདི་རིང་མ་པན་ན་ཅི་བཅོམ་ཡིན།

ཨ་ནི་བཀུར་དམན་མོས་དེ་རྒྱག་ཟེར་སྟེ། དེ་ནས་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་  
ལ་བསམས་སྒོ་ཡོང་ཕྱེ། ཉི་གཟེར་རྒྱ་གཟེར་སྐར་འོད་ཚང་ཀ་ཡིངས་པ། ཉི་མ་ཤར།  
རྒྱ་བ་ཤར་དེ། འོད་ཅན་སོང་བ་སང་ཀེ་སར་མང་པོ་འཐད་སོང་། མཚན་ལ་  
ལས་ནོར་མཁན་གྱི་ཁྲིམ་པོ་མཐོང་ཕྱེ་ཡས་མཚན་སོང་།

དེ་ནས་ཡང་ཞག་གསུམ་འབྲལ་དེ། སྤྱིན་པོ་ལས་སྤངས་པ་མང་པོ་  
ཡོད་ཚུགས། དེ་སྤྱིན་པོ་འི་ཁྲོལ་སྤོན་ལ་ལག་པ་བཀོག་མཁན་ནི་སྤྱིན་པོ་ཡོད་ཚུགས།  
དེ་སྤྱིན་པོ་ལ་ཀེ་སར་གྱིས་ཟེར་སྟེ། བླ་སྤྱིན་པོ་ང་ལྟར་བཏང་ན། བྱིད་རང་གི་  
ལག་པ་ངས་བཅོམ་ཡིན་ཟེར་སྟེ། སྤྱིན་པོས། ངའི་ལག་པ་བཅོམ་སྤྱད་བཏང་  
ཡིན་ཟེར་སྟེ། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་སྤྱིན་པོ་འི་ལག་པ་ཡིང་ཕྱེ་བཅོས་པ། སྤྱིན་  
པོ་འཐད་ནས། ལས་གྱི་ཕྱོགས་བཅུན་དེ་བཏང་སྟེ། ཡང་ཞག་གསུམ་སོང་བ་དང་  
སྤྱིན་པོ་འི་ལས་པ་དང་བྲལ། དེ་རྩ་ཡང་སྤོན་ལ་འབྲས་པ་བཀོག་མཁན་ནི་སྤྱིན་  
པོ་ཡོད་ཚུགས་ཀེ་སར་གྱིས་ཡང་དེ་སྤྱིན་པོ་ལ་ཟེར་སྟེ། བླ་སྤྱིན་པོ། ང་ལྟར་  
བཏང་ན། བྱི་རང་གི་འབྲས་པ་ངས་བཅོམ་ཡིན་ཟེར་སྟེ། སྤྱིན་པོས་ཟེར་སྟེ།

ངའི་འགྲམ་བ་བཅོན། ཁྱིལ་བྱང་བྱང་ཡིན་ཟེར་སྟེ། ཀེ་སར་གྱིས་སྤོ་  
མོ་འི་འགྲམ་བ་བཅུག་སྟེ། ཀེ་སར་བྱང་བྱང་སྟེ།

ཡང་ཞུ་བ་གསུམ་སོང་བ་དང་། བཀའ་གྱི་ལ་མཐོན་པོ་ཞིག་ལ་  
བསྐྱེད་པས། དེ་ལ་དར་གྱི་ཐལ་བ་བཤེད་གྱི་ཞིག་མཛུགས་པ། མ་བཀག་ས་  
པོ་སོང་ཕྱི་མ་ཐར། དེ་བཀའ་ལ་ལོག་སྟེ་སོང་བ། མི་དཔལ་བ་ཅན་ལྟ་བུ་མཛུགས་  
གསུམ་དང་ཐུག། དེ་མི་ཀུན་ལ་གསེར་རེ་བྱང་སྟེ་པའི་མིས་ལས་བསྟན་ཏེ་  
འབྱེད་སྟེ། དེ་ཐུག་གིས་སོང་བ་སང་། སྤྱིང་བྱལ་ལྟ་བུ་ཀེ་སར་སྤོ་ཅེས་ཆོར་ཏེ།  
ཀྱུན་གྱི་ལ་པོ་སྤོ་ཏེ་མི་མང་པོ་བསྐྱེད་ཕྱི་བཀག་ཏེ་བསྐྱེད་སོང་། དེ་ཀྱུན་གྱི་ལ་  
པོ་འི་མཁར་དེ་མཆོའི་དཀྱིལ་དུ་ཡོད་ཅིག། དེ་ནས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཀེ་སར་  
ཀྱུན་གྱི་ལ་པོ་འི་མདུན་ལ་བསྐྱེད་པས། ཀྱུན་གྱི་ལ་པོ་འི་ཐར་མོ་དེ། ཀྱུལ་  
ལྟ་བུ་ཀེ་སར་བསྐྱེད་པ་ཐུག་དུ་པན་སོང་།

## No. 3.

དེ་ནས་ཨ་གྲུ་ཁྱིལ་བྱང་ཕྱིར་ལོག་སྟེ་ཡོང་སྟེ་ཐུག་པས།  
ཀྱུལ་ལྟ་བུ་ཀེ་སར་ལ་ལས་མ་ཐོབ་པར་གྱི་ཡིན། མཁར་ནང་དུ་ང་རང་ཆེན།  
ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གྲུ་མ་མིང་སྟེ་ཡིན་པས་སྟེ། ཁྱིལ་བྱང་སྤྱིང་མཁར་ལ་སོང་  
ཕྱི་ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གྲུ་མ་ལ་ཟེར་སྟེ། ལྟ་ཇོ་ཇོ། ཁྱིལ་བྱང་འདི་མཁར་ནང་དུ་མ་  
འདུག། མཁར་དེ་ང་ལ་ཐོབ་ཆེན་ཟེར་ཏེ་ཇོ་ཇོ་ལ་ཟེར་སྟེ་གྲུ་དང་རེ་བོ་ནག་  
པོ་ཞིག་བྱང་སྟེ། ལྷལ་གྱི་མཆུག་ལ་མིང་སྟེ་པས། དེ་རུ་རེ་བོ་ནག་པོ་སྐྱེད་  
ཕྱི་ཇོ་ཇོ་འདུག་སྟེ། ཁྱིལ་བྱང་ཁྱིལ་བྱང་མཁར་ལ་འདུག་སྟེ་གྲུ་པོ་བཅོ་སྟེ་  
འདུག་སྟེ། དེ་པོ་གསུམ་ཅུག་སྟེ་བོན་སྟེ། དེ་ལ་འོ་བ་ཆེན་གསུམ་བྱང་སྟེ།

ཁྱིལ་ཁྲོག་དཔར་གསུམ་བཅུགས། མི་ཚང་མ་ལ་རྒྱ་ཁྱུ་མ་དྲག་པོ་བཏང་གིན་  
 ཞིག་འདུགས། རྒྱལ་ལྷ་མ་ཀེ་སར་གྱི་ནག་རྒྱལ་པོ་འི་མཁར་ལ་ཞག་ཉི་ཤུ་ཟམ་  
 ལུས། རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོ་ལ་བྱ་མོ་གཡུའི་དཀོན་མཆོག་མོ་ཟེར་མཁན་ཞིག་ཡོད་  
 རྒྱུ། དེ་བྱ་མོས་ང་ཀེ་སར་དང་མཉམ་པོ་ཆེན་ཟེར་དེ་དབང་བཅོས་པས། ཞག་  
 ཅིག་ལ་ཀེ་སར་གྱིས་ང་ཆེན་ཟེར་དེ། རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོ་ལ་དགོངས་པ་ཞུས། ཀེ་སར་  
 ཆེན་ཟེར་སེམས་པ། བྱ་མོ་གཡུའི་དཀོན་མཆོག་མོ་ཡང་ཀེ་སར་དང་མཉམ་པོ་ཆེན་  
 ཟེར་དེ་སོང་། དེ་དང་མཉམ་པོ་ཆེན་བྱ་ཚང་མ་འབྲང་སེ་སོང་། དེ་ནས་དྲག་  
 རིགས་ཚང་མ་དང་ཡུལ་པ་ཚང་མ་འདུས་དེ་གྲུབས་བཅོས་པས། ཀེ་སར་དང་  
 མཉམ་པོ་ཆེ་ཆེ་དང་རྒྱར་བྱ་ཚང་མ་སོང་། ཀེ་སར་ཆ་མ་བཅུགས་པ། འབྲུཁང་  
 དུ་བཏང་ཕྱི་ཤི་བཅུག་ཡིན་ཟེར་དེ། སློན་པོ་དེ་ཀེ་སར་ལ་དཔེ་དེ་སོང་ཕྱི་ཟེར་སེམས་པ།  
 རྒྱ་རྒྱལ་པོ་ཀེ་སར་ཉི་རང་སྤྱིང་ཡུལ་ལ་སྤྱོད་འདུག། ང་ཞའི་འབྲུཁང་པོ་མ་  
 མཐོང་བ་ཆ་ཡིན་ན། སྤྱིང་ཡུལ་ལི་མི་ཚང་མས་འདྲི་ན། འབྲུཁང་མཐོང་ང་མ་  
 མཐོང་ཟེར་ཡིན་ཞུས་པ། ཀེ་སར་ནས་བསམས། འབྲུཁང་པོ་ག་ཅུག་ཅིག་  
 འདུག་ཅེན་བསམ་ཕྱི་ཕྱིར་ཡོག་སོང་། དེ་ནས་རྒྱ་ནག་གི་སྤྱི་དྲག་ཚང་མས་འབྲུ་  
 ཁང་གི་སློ་བྱེ་ཕྱི། ཀེ་སར་ལ་ལྷ་བཅུགས་པ། ཀེ་སར་ནས་མགོ་ཐུང་ལ་བཏང་  
 ཕྱི་ལྷ་མ་པ་སང་། མི་ཚང་མས་ཀེ་སར་པངས་བཏངས། དེ་འབྲུཁང་ནང་དུ་འབྲུ་  
 དཀར་ལྷ་མ་བྱ། འབྲུ་ནག་ལྷ་མ་བྱ། འབྲུ་གསེར་ལྷ་མ་བྱ་གསུམ་ཡོད་རྒྱུ་པས།  
 ཀེ་སར་དེའི་ནང་དུ་བསྐྱེབ་པ། འབྲུ་དཀར་ལྷ་མ་བྱ་བས་དེ་སྤྲུལ་ལ་བཏིངས།  
 འབྲུ་ནག་ལྷ་མ་བྱ་བས་དེ་སྤྲུལ་ལ་བཅུགས། འབྲུ་གསེར་ལྷ་མ་བྱ་བས་དེ་  
 བོས་ལ་བཅུགས། དེ་ནས་ཀེ་སར་ནས་ས་དོང་ནང་ནས་ཁྱུ་འདི་ལྷར་སྤངས།



འབྲ་དཀར་ལྷུ་མ་བྱ་བ་སང་དེ་སྟན་ལ་བཅུགས་ཡོད།  
 འབྲ་དཀར་ལྷུ་མ་བྱ་བ་སང་བློན་མོ་མི་ཡུལ་ལ་མེད་ཡོད།  
 འབྲ་ཤ་མཚོགས་མེ་ཞིམ་པོ་མི་ཡུལ་ལ་མི་འདུག།  
 འབྲ་ནག་ལྷུ་མ་བྱ་བ་སང་དེ་སྟན་ལ་བཅུགས་ཏེ་ཡོད།  
 འབྲ་ནག་ལྷུ་མ་བྱ་སང་བློན་མོ་མི་ཡུལ་ལ་མེད།  
 འབྲ་ཤ་མཚོགས་མེ་བློན་མོ་མི་ཡུལ་ལ་འཁོར་ནང་མེད་ཡོད།  
 འབྲ་གཤེར་ལྷུ་མ་བྱ་བ་སང་དེ་གོས་ལ་གོན་ཡོད།  
 འབྲ་གཤེར་ལྷུ་མ་བྱ་བ་སང་བློན་མོ་མི་ཡུལ་ལ་མེད།  
 འབྲ་ཤ་མཚོགས་མེ་ཞིམ་པོ་མི་ཡུལ་ལ་འཁོར་ནང་མེད་ཡོད།  
 དེ་རྒྱལ་སྤྱི་པོ་ཞིག་གླིང་ཡུལ་ལ་ཡང་མེད་ལ།

ཀེ་སར་ནས་དེ་རྒྱལ་གྱི་བཏངས་པ།      མི་ཚང་མ་ཡས་ཚན་སོང་ཕྱེ་  
 ཟེངས་པ། ཀེ་སར་མ་གྱི་བ།      གྱུ་བཏང་ངོན་ཞིག་རག། དེ་ཁོ་ག་རྒྱལ་ལ་  
 བསང་ཡིན་ཟེར་དེ་གྲུབས་བཅོས།      དེ་ནས་ཀེ་སར་ལ་དོང་གི་ནང་དུ་དོ་བ་རུབ་  
 ལ་བཏང་ཅས་ལ་ཁ་བཅས་པས།      ཡ་ནེ་བཀྲར་དམན་མོ་ལ་དེ་རྒྱལ་ཟེར་ཅས་  
 ཚོར་དེ། ཀེ་སར་ལ་ཟེངས་པ།      བྲ་བསམ་མེད་ཀྱི་ཀེ་སར། འདི་རིང་བྱི་  
 རང་དོ་རུབ་ལ་བཏང་ཕྱེ་བསང་ཅན།      བྱི་རང་གསེར་སྤང་ཞིག་ལ་རྩུ་ཕྱེ། དོ་བ་  
 གཅིག་བཏང་བ།      ཁ་ཐོག་ལ་བིང།      གཅིས་བཏང་བ།      ཁ་ཐོག་ལ་བིང།  
 དེ་རྒྱལ་བཅོ་འོན་ཞིག་མི་སྟ་རུ་བིང་ཕྱེ་ཡོང་ཟེར་དེ་བསྐྱབས་པ།      དེ་ནས་གྲུ་ནག་  
 པའི་མི་མང་པོ་འདུ་ཕྱེ།      དོ་བ་མང་པོ་གྲུབ་ཕྱེ་ས་དོང་པོ་གང་སོང། ཀེ་སར་  
 གྱིས་ཡ་ནེ་བཀྲར་དམན་མོས་ཟེར་མཁན་ནང་ལྟར་བཅོ་ཕྱེ་ཁ་ཐོག་ལ་བིང་བྲུབ་པས།

མི་སྤྱལ་ཡང་མཐོང་མ་བཅུག་པར།      ཀེ་སར་གང་གི་ལུང་པའི་སྤྱལ་སོང་ཕྱེ།  
ངན་ཆོས་བཅོ་ཕྱེ་རྒྱ་ནག་པའི་ཡུལ་ལ་མཛོ་ནད་པོག་ཕྱེ་བཀག་ས་པོ་སོང་།།

## No. 4.

དེ་ནས་རྒྱ་ནག་པས་ཡང་མོ་བ་བརྒྱ་བཟུ་ཕྱེ་མོ་རྒྱབས། རྩིས་པ་བརྒྱ་  
ཁྱོང་ས་དེ་རྩིས་སྒོར་ས་པ། རྒྱལ་པོ་ཀེ་སར་གྱི་སྤྱོན་འདུག། ཁོ་ལ་བག་སྒྲིམ་  
བཅོ་ཕྱེ་མེན་པ། རྩར་མོ་པན་ཅེས་མི་འདུག་ཟེར་ས་པ། མི་ཚང་མ་ཡས་མཚན་  
སོང་ཕྱེ་ཀེ་སར་དོ་བ་རུབ་ལ་བདང་ཕྱེ་ཤི་ཅེས་ཡོད་ཟེར་ས་པ། མོ་བ་རྩིས་པ་  
ཚང་མས་ཀེ་སར་གང་གི་ལུང་པའི་སྤྱལ་འདུག་ཟེར་ས། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་དང་  
སྤྱུ་རྒྱལ་ཚང་མ་ལྟ་ལ་སོང་། ཀེ་སར་དེ་རུ་མཚམས་ལ་ཡོད་ཚུག་པས། ཁོང་  
གིས་ཀེ་སར་ལ་ཞུས་པ། ཀེ་སར་ལེ། ཉེ་རང་ལ་རྒྱར་བྱ་ཅི་དགོས་མཁན་ཚང་  
མ་བདང་ཡིན། རྒྱལ་མོ་གཡུའི་དགོན་མཆོག་མོ་ཉེ་རང་ལ་བྱལ་ཡིན་ཞུས་པ།  
དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་ཀེ་སར་ཡང་མཚམས་ནང་ནས་བོང་ཕྱེ། རྒྱ་ནག་ཡུལ་ལ་སྤྱོད་པ།  
མཛོ་ནད་ཚང་མ་པན་སོང་། ཞག་བཅུ་ཟས་འདུག་ཕྱེ་ན། ཀེ་སར་གྱིས་ཆེན་  
ཟེར་དེ་རྒྱར་བྱ་རེ་དང་རྒྱལ་མོ་གཡུའི་དགོན་མཆོག་མོ་བྲིད་དེ་སྤྱོད་པ་ཡུལ་ལ་སྤྱོད་  
སྤྱོད་ཡུལ་ལ་ཞག་གཅིག་གིས་མ་བསྐྱེལ་པ། ལུག་ནག་པོ་བཅོ་ཕྱེ་ཕྱན་ནག་  
པོ་ཞིག་བཟུང་དེ། ཁམས་བ་ཞིག་བཅོ་ཕྱེ་མི་ལ་མི་ཤེས་ཅེས་བཅོས། ཇོ་ཇོ་  
གཡུའི་དགོན་མཆོག་མོ་དང་རྒྱར་བྱ་ཅི་ཡོད་མཁན་ཚང་མ་ཅན་དཔྱི་ནང་དུ་ཁྱུར་དེ་  
སྤྱོད་མོ་བ་བཅོ་ཕྱེ་སོང་། དེ་ནས་ཀེ་སར་ཡུལ་གྱི་མཇུག་ལ་བསྐྱེལ་པ། རེ་བོ་  
ནག་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཇོ་ཇོ་འབྲུག་མ་ཡོད་ཚུག། ཀེ་སར་མཁར་ལ་ལྟ་ལ་  
སོང་པ། ཨ་གཡུའི་ཐུང་གིས་དྲ་ལ་འོ་བ་ཆེན་གསུམ་བདག་ཕྱེ་ཡོད་ཚུག།

ཁྱིལ་ཁྲོག་དམར་གསུམ། ཁོ་རང་ལ་དྲི་བི་གསུམ་གོན་དེ་ཡོད་ཚུག། ཀེ་སར་  
 ཅས་གྲུབ་པ་བཅོལྟེ། ཁྲི་ཐུང་ལ་འདྲིས་པ། རྩ་རྒྱལ་པོ་ལེ། རྒྱལ་པོ་ཚང་  
 མས་དྲི་བི་གཅིག་མེན་ནི་གོན་ན་མི་འདུག། ཉེ་རང་གིས་དྲི་བི་གསུམ་གོན་ཅས་  
 དེ་ཅི་ཡིན། ཏྲ་ལ་འོབ་ཆེན་གསུམ་བཅུག་ཅས་དེ་ཅི་ཡིན། ཁྱིལ་ཁྲོག་དམར་  
 གསུམ་བཅུག་ཅས་དེ་ཅི་ཡིན་ཟེར་ས་པ། ཁྲི་ཐུང་གིས་ཟེར་ས་པ།།

དྲི་བི་གཅིག་ནི་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་གི་བའི་དྲགས་ཡིན།  
 གཅིག་ནི་གླིང་མཁར་ང་རང་ལ་ཐོབ་པའི་དྲགས་ཡིན།  
 གཅིག་ནི་ང་རང་ལ་ཐོབ་འོས་པའི་དྲི་བི་ཡིན།  
 ཏྲ་ལ་འོབ་ཆེན་གཅིག་ནི་ཀེ་སར་གི་བའི་དྲགས་ཡིན།  
 གཅིག་ནི་གླིང་མཁར་ང་རང་ལ་ཐོབ་པའི་དྲགས་ཡིན།  
 གཅིག་ནི་ཏྲ་ཁོ་རང་ལ་ཐོབ་འོས་པ་ཡིན།  
 ཁྱིལ་ཁྲོག་དམར་གཅིག་ནི་ཀེ་སར་གི་བའི་དྲགས་ཡིན།  
 གཅིག་ནི་ང་རང་ལ་གླིང་ཡུལ་ཐོབ་པའི་དྲགས་ཡིན།  
 གཅིག་ནི་ཁྱིལ་ཁྲོག་དམར་ལ་ཐོབ་འོས་པ་ཡིན།

དེ་ཟུག་ཟེར་ས་པ། ཀེ་སར་ཕྱིར་ལོག་ཉེ་ཡོངས་ནས། ཡུལ་མུག་  
 ལ་འབྱུ་གུ་ཡོད་ས་ཏུ་ཡོང་ཉེ། བེ་ཞིག་དོང་ཟེར་ས་པ། རྩ་ལོ་ས་པེ་ཞིག་  
 བཅུང་ཉེ་ན་ཁ་བར་འདྲིས་པ། མེ་མེ་གྲུབ་པ་ལེ། ཉེ་རང་ག་ནས་ཡོངས་པ་ཡིན།  
 མེ་མེ་གྲུབ་པ་དེས་ཟེར་ས་པ། ང་རྒྱ་ནག་ཡུལ་ནས་ཡོངས། དེ་ནས་རྩ་ལོ་  
 འབྱུ་གུ་མས་འདྲིས་པ། མེ་མེ་ལེ། ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཟེར་མཁན་ཞིག་ཡོད་པ།  
 དེ་དང་མ་ཐུག་ག། གྲུབ་པ་དེས་ཟེར་ས་པ། གླིང་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཟེར་མཁན་



ཞིག་གྱུ་ནག་ལྷལ་ལ་ཤི་སོང་། གྱུ་ནག་གྱལ་པོས་ཟན་ཏང་ཆེན་པོ་ཞིག་བཏངས།  
 རྩ་མ་ཆེན་པོ་ཀུན་ལ་སྟོང་ཚར་རེ་སྤལས། རྩ་མ་ཆུང་བ་ཀུན་ལ་བརྒྱ་ཚར་རེ་  
 སྤལས། གྲུབ་བ་ང་རང་ལ་ཡང་ལྷག་ནག་གཅིག་དང་ལྷན་གཅིག་བཏངས་  
 ཟེརས་པ། རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མ་མང་པོ་དུ་སྟེ་སྟེ་སོང་། དེ་ནས་ཀེ་སར་ནས་  
 རྩོ་རྩོ་དུ་ཅིས་དང་སྟེ་ཅིས་མཐོང་སྟེ། ཀེ་སར་གྱིས་དངོས་བརྟན་ཏེ་ཀེ་སར་ང་  
 ཡིན་ཟེརས་པ། རྩོ་རྩོ་མང་པོ་འཐད། ཀེ་སར་ལ་སྟེ་ཡོང་སྟེ། ཏུ་ལ་ཞོན་ཏེ་  
 བྲའི་ཐུང་ལ་ཏུ་བ་དེ་བཏང་སྟེ་བྲའི་ཐུང་ལ་མདུང་གྲུབ་སྟེ་བསཏ་སོང་། དེ་ནས་ཀེ་  
 སར་གྱལ་པོ་རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མ། གྱལ་མོ་གཡུའི་དཀོན་མཆོག་མོ་ཚང་མ་  
 མཁར་ལ་སོང་སྟེ་སྦྱིད་པོ་བཙོ་སྟེ་འདུགས། སྦྱིང་གི་དཔའ་པོ་ཚང་མ་ཡང་མང་  
 པོ་འཐད་སོང་།

## KESAR'S JOURNEY TO CHINA AND MARRIAGE TO *GYUI DKON MCHOGMO*.

### ABSTRACT OF CONTENTS.

#### 1.

After seven kingdoms had been subdued by Kesar, he went to the hermitage near the white, black and red hill. He went there, because he could not find the road to China, and because he thought he would be able to show his [magic] power to the King of China, after having been in the hermitage for three years. Underneath the hermitage he had placed the goat *Kabulu*, and when  $2\frac{1}{2}$  years had elapsed, he showed his magic power to the King of China. In consequence of this, the King of China's castle went to pieces on one side, and the King himself began to suffer from heart-ache. The lot-casters and astrologers who were consulted, knew at once that the misfortune had been caused by Kesar. "Kesar must come here himself, there is no other means of curing the King!" thus they said.

The Chinese were afraid to send a man to Kesar, because he might be killed. Therefore they sent the bird *LDorre* with a letter. Although the Chinese promised to present Kesar with everything he should like to possess, he refused to go, until they would ask him through a human messenger.

Then the King of China cut his hand and mixed its blood with some earth. He formed a man and made him alive by putting in breath and sent him to Kesar. There this new creature threw the letter before Kesar and disappeared.

Because Kesar's time of sitting in the hermitage had not yet elapsed, he sent *Agu Khrai mgo Khrai thung* meanwhile. The *Agu* did not know the way, and when a dark fog came, he lingered somewhere on the road.

After the three years were fulfilled, Kesar killed the goat *Kabulu* and gave her flesh to the birds of prey. Then he went to father *bsTanpa* and mother *sNgonmo* and asked them to give him the following things: A basket which will hold the valleys and hills; a leather bag which will hold the deserts; a pot which holds the waters of the rivers; a bundle of sinews from lice; the blood of red beetles; one bushel

of gold-dust; the red cheek of the ogress *Roumo*; the hand of the ogre *Ragsha*; a handful of sunbeams, a handful of moonbeams, and one bushel of ashes of [burnt] silk.

Father *Thonpa* answered that he could give him all the articles required, with the exception of the cheek of the ogress and the hand of the ogre. To get these, it would be necessary to go to the cold valley and ask the hermit about them. The hermit could not give them either, but lent his copper (coloured) dogs. Whilst these dogs were away searching for the ogres, Kesar and the hermit made a pit with a window. Just when they had finished, the dogs came back, driving the ogres before them. Kesar shot his arrows out of the window and cut off the cheek and the hand of the two ogres who fled away. Then Kesar started for China.

## 2.

After three days Kesar arrived at a high hill, and there he found *Agu Khrai thung*. He took the shape of a traveller and asked the *Agu* how he had got there. The *Agu* answered that he was a messenger of King Kesar on his way to China, and that he had lost the way and was near starving. Kesar blamed him for having undertaken what he was unable to perform, and for having been conceited. Then he sent him back to the land of *gLang*.

After having travelled for seven more days, he arrived before a high hill and a rock, with a lake between. Although he went about for several days, he could not find the way. Then he threw off the basket which held the valleys and hills, and the pot which held the sea and the hills, and the waters disappeared.

After another three days they (Kesar and his horse) came to a sandy desert, where neither man nor horse could go, and both experienced much misery. This obstacle was removed by the bag which held the deserts.

Again after three days they came to a country with a host of lice which had no sinews. After they had eaten all the flesh of Kesar, he gave them some sinews, and then he escaped.

After three more days they came to many beetles which were without blood. When Kesar gave them some blood, he could pass without experiencing any harm.

Then, after three days, it became perfectly dark for ten days; there was a dark fog, the man was without food, and the horse without grass. Kesar cried and complained to *Ane bkur dmarmo*, that for ten days he had not seen the sun. *Ane bkur dmanmo* reminded him of his handfuls



of sunbeams and moonbeams. He took them out, and the sun as well as the moon rose. When he saw the tracks of the road where he had strayed about during night, he felt astonished.

Having travelled for another three days, they discovered that the road was barred by ogres. Kesar saw the ogre whose hand he had robbed. He promised to restore the hand, if the ogre would let him pass. The ogre was pleased to receive his hand back, and showed Kesar the way. In a similar way Kesar had a free passage through the land of the ogresses, three days later, when he restored the cheek to the ogress who had none.

After three days they arrived on a glacier-pass, where icy dust was scattered over them.<sup>1</sup> They had great difficulties, and were obliged to go back. Then they met three poor men. Kesar gave them some gold, and they showed him the way.

When the King of China, who lived in a castle in the middle of a lake, heard that Kesar was approaching, he sent many of his men to meet him. As Kesar was gradually drawing near, the King of China's pain became less.

## 3.

*Agu Khrai thung*, when coming back to the land of *gLing* sent *'a Bruguna* out of the castle and gave her a black tent. He himself became king and tyrannized over the country. He wore three hats, piled one on the other, his horse had three stirrups, and his dog three red collars.

The King of China had a daughter called *γYui dkon mchogmo*. This girl wished by all means to run away with Kesar and asked leave of her father. When both went, all the riches followed after them.

The nobility did not like this, and to bring Kesar back, they pursued him and asked him how he could go away without having seen the pit of the dragons. Kesar went back, and when he was looking into the pit, the Chinese noblemen pushed him in. There were three dragons of white, black and yellow colour. Kesar killed them. The white one he used as a carpet, the black one as a pillow, and the yellow one as a dress. He ate their flesh, sang a song and was happy.

Then the Chinese tried to kill Kesar with stones, but *Ane bkur dmanmo* advised him to take the shape of a golden fly and escape. He did that and escaped, although the Chinese filled the pit with stones. Kesar went to the cold valley and practised sorcery, in consequence of which all China was smitten with leprosy.

<sup>1</sup> The Tibetan word for silk and ice is the same (*dar*.) According to the Tibetan text it looks almost as if Kesar himself was scattering the dust about.

The Chinese found out, with the help of their magicians, that Kesar was the source of the illness and that he was sitting in the cold valley. They sent an embassy to him and offered him all their treasures and the queen *γYui dkon mchogmo*. Therefore Kesar left the hermitage and went to China. This stopped the leprosy; but he did not stay for longer than ten days and returned to the *gLing* land together with many treasures and *γYui dkon mchogmo*.

One day before arriving at *gLing* he made a black sheep, put on a black carpet, took the disguise of a vagabond and put the queen and all his treasures in his pocket. He found *a Bruguma* in a black tent and *Agu Khrai thung* on the throne with his three hats, etc. He asked him what was the meaning of his three hats, three stirrups and three collars for the dog. *Khrai thung* said that always the first of the three articles was a sign that Kesar had died; the second a sign that the castle of *gLing* had come into the *Agu's* possession; and the third was for ordinary use.


Kesar went back to *a'Bruguma* in his disguise; and *a'Bruguma* who took him for a travelling monk from China, asked him if he could not give her some news of Kesar. He answered that Kesar had died in China, and that the King of China on the occasion of his death had given presents to the lamas: 1000 (Rs.?) to the great monks, 100 (Rs.?) to the little monks, and a black sheep and a carpet to him. *a'Bruguma* cried and fainted. Now Kesar showed his true self to the lady. Then he pursued *Agu Khrai thung* and killed him with a spear. Kesar went with his two wives to the *gLing* castle and lived there in happiness. Also the *Agus* were greatly pleased.

## NOTES.

In my first brief sketch of Kesar's journey to China (*rGya Nag*), in *Mémoires de la Société Finno-Ougrienne*, No. XV, 2, p. II, III, I made the remark that this episode of the Kesar Saga was probably a winter myth. Looking at the version as contained in the preceding pages, I cannot help believing that there are a great number of passages in the Saga which allow themselves of being explained as parables of the winter. If a number of passages cannot be explained with the help of the seasons, all the same, we must not forget that the Kesar Saga, as we have it now, is not the original Kesar Saga, as it was shaped by the ancient men of *gLing*; but that we possess it in the form into which it has grown in the course of many centuries, nay, thousands of years. I wish to draw attention to the following passages, which according to my view speak in favor of a winter myth, forming the basis of the Saga:—

- (a) The baskets and bags which hold the waters and hills (probably heaps of snow and ice and the melting snow). People might have explained in this way the disappearance of ice and snow at the approach of the spring-god.
- (b) The bloodless beetles and the lice without sinews might be the snowflakes and hail-stones. They are changed into ordinary beetles and lice by Kesar in spring (he gives them blood and sinews). The unpleasant perception of the extreme cold in winter reminded the men of *gLing* of the sting of lice during summer.
- (c) The red cheek of the ogress which is stolen may be explained in this way: The ogress is the personification of a mountain, the top of which glows like red fire in the rays of the sun during summer. During winter the morning and evening sun may never touch it, and thus the red cheek is stolen. But as the giants are chased about, it would perhaps be easier still to take them for personifications of clouds.
- (d) Kesar's crooked way to China (*rGya nag* = the black extent) may have been suggested by the spiral-like



downward course of the sun during winter. That the ornament  is probably an illustration of Kesar's route, is suggested by the Ladakhi name of the ornament, *rgya srang*, which is understood to mean 'Chinese street,' not 'broad street' or 'Indian street,' which are other possible translations.

- (e) The fact that Kesar has not seen the sun for ten days occurs here in many places during winter. There are many valleys, to the bottom of which the rays of the sun do not attain at all for even a longer period.
- (f) It is also remarkable that the whole of China is smitten with leprosy, which illness is removed by Kesar's advance towards China. This may point to snow.

The story of Kesar's marriage to *γYui dkon mchogmo*, shows in particular the close relationship between Kesar and *Srong btsan sgampo*. That Kesar's two wives are representatives of the two colours, white and blue (or green), as is also the case with *Srong btsan sgampo's* wives, is shown in the first case by the name *γYui dkon mchogmo*, which means 'the turquoise goddess.' She stands for the blue and green colours. 'aBruguma stands for the white colour as is shown by *gLing glu* of *Phyang*, No. IV. It may be added that the Mongolian version of Kesar's journey to China has not much in common with the Lower Ladakhi version.

---

# VOCABULARY AND COMMENTS.

## 1.

ཀ་བུ་ལ། *kabulu*, perhaps more correctly *khabulu* [animals] with a black and white mouth.

ཕྱེད་འང་གཉིས། *phyed 'ang gnyis*, one and half; how is the 'ang to be explained in these cases?

མིན་བ། *minba*, = *ma yinpar*, besides; unless.

བྱ་མོ་ལྷོ་རེ། *byamo ldorre*, name of a bird.

ལྷལ། *mul* = *angul*, silver.

འདངས་ཅས། *'adangscas*, recover.

རུ་ཅས། *ruccas*, knead.

མུན་འཁོར། *mun 'akhor*, mist; dark fog.

ལུངས། *lunga*, = *lung*, valley; cultivated district.

ཕུག་ཅེལ། *phug tsel*, basked.

ལངས་པོ། *ltsangspo*, = *γtsangpo*, river.

ཅུ་གསེར་པོ། *γser phe*, gold dust (literally 'gold flour').

རོ་ན་མོ། *ronemo*, name of an ogress; is said to mean 'corpse-eater.'

རག་ཤ། *ragsha*, name of an ogre; this is probably the Indian

རལ་པ།

བྱ་ཞིན། *bya zhin*, offering, gift to birds; the original form is *bya zhyin*. It means that Kesar gave the flesh of the goat to birds of prey.

In *Mémoires de la Société Finno-Ougrienne*, No. XV, 2, p. 66, I said that Laws of Sound No. 1. (see Sketch of Ladakhi Grammar, J.A.S.B., Vol. LXX, Part I, Extra No. 2, p. 5) ought to have been given in full, in this form:  $s + c = sh$ ,  $s + j = zh$ ,  $s + ts = s$ ,  $s + dz = z$ . It must be added that the  $s$  may always be replaced by  $r$  or  $l$ , even by the prefixes  $b$ ,  $γ$ ,  $d$ , if they are pronounced as  $r$  or  $s$ . Starting with *bya sbyin* = *bya sjin* = *bya zhin*, which illustrates the formula  $s + j = zh$ , I shall now give those examples, illustrative of the rule, which have occurred to me during the edition of the Kesar Saga:—

$s$  (or  $l$ ,  $r$ , etc.,) +  $j = zh$ .

*ljogs* becomes *zhogs* or *γzhogs*; *'ajogpa* has *bzhag* as its perfect stem, and *'ajogpa*—*zhugs*; in both cases the  $b$  prefix of the perfect stem seems to have caused the change of  $j$  to  $zh$  (although it is no more written in *zhugs*). Here also *sbyin* = *sjin* = *zhin*, *sbyar* = *sjar* = *zhar* and similar cases must be mentioned.

$s$  (or  $l$ ,  $r$ , etc.,) +  $ts = s$ .

*rtsogpo* becomes *sogpo*; *rtsab bzang* becomes *sab bzang*; the classical words *nyid sad* and *nyams sad* have their ancient prototypes in the Lower Ladakhi forms *nyid (b) tsad* and *nyams (b) tsad*. Thus the  $s$  of *sad* is the result of the work of a prefix on *ts*.

$s$  (or  $l$ ,  $r$ , etc.,) +  $dz = z$ .

*rdzing* becomes *zing*; *skyer rdzong* becomes *ker zong*; *rdzama* becomes *zama*; in *mgo zugcas* instead of *mgo 'adzugcas* we may suspect the influence of a prefix on the original  $dz$ , which in this case did not become  $ts$ , as a secondary form has it. There are several parallel cases to this.

འགྲམ་མཚལ། *'agram mthsal*, red cheek.

ཡབས་ཐོན་པ། *yabs thonpa*, is often spelled *yaḅs stonpa*; probably the concluding  $s$  of the first syllable was pronounced with the second, and instead of the impossible *sthonpa*, *stonpa* was written.

## 2.

ཁ་བར། *khavar*, news; it is the Urdu *khavar*.

ཁམ་པ། *khampa* = *khamspa*, man of Khams; is used for every traveller, even a vagabond.



བཀའ་སློན། *bkā skyon = bkā bkyon*, rebuke.

ཁྲུ་ཐུང། *khru thung* instead of *Khra thung*; this may be a case of assimilation to the last syllable.

ནག། *nag*, misery, great strain; *nag mthongba*, to suffer much.

སྐལ་བ། *skyalba = skyelba*, cause [harm].

རྩེ་མོ། *rjespo*, track.

ཁྲོལ། *khrola = khrodla*, among, in the crowd.

ལམ་པ། *lampa*, guard (of a road); sentinel.

རིམ་པ་བཞིན་དུ། *rimpa bzhindu*, here in the sense of 'by and by.'

## 3.

རེ་པོ། *rebo = regur*, tent of yak's hair. This kind of tent shows that this version of the Saga may belong to a tribe in the east of Ladakh, because the Ladakhis do not make use of such tents.

སྤུབ་ཅས། *spubcas*, to put up [a tent]; literally 'turn over'; perhaps because the tent has to be turned about in many directions before the work is finished.

དི་བི། *tibi*, bat.

རྩག་ཅས། *rtsagcas*, to pile up; probably causative of 'adzegpa, to climb.

འོབ་ཆེན། 'obchen = yob chen, stirrup.

ཁྲོག་དམར། *khrog dmar*, red collar; *khrog* seems to mean 'throat' originally.

དུ་ཀུམ། *hukum*, order, commandment; it is the Urdu *hukm*.

དགོངས་པ་ཞུ་ཅས། *dgongpa zhucas*, ask for leave.

གཡུ་འི་དཀོན་མཆོག་མོ། *gyui dkon mchogmo*, turquoise goddess; name of the King of China's daughter.

རྩེ། *rdaste*, prosecuting; probably the same as *bdaste*, chasing.

སྐྱུ་བྱ། *sku drag*, nobility.

ལུ་མ་བུ། *ldumbu*, occurs in the names of the three dragons ('*abu*) as well as in that of an *Agu*; what it means in this connection I have not yet found out.

སྒྱ་ས། *snayas, snugas*, = pillow.

བྲོད་ཅན། *brodcan*, savoury.

ཅན་བ། *candra*, pocket.

ནང་དུ། *ngangdu*, in, inside; this form is used here in many places, where the colloquial has *nannga*; simply to imitate the classical, or, more correctly, the Central Tibetan language.

གུལ་པ། *grubpa*, fulfiller [of the law]; title of monks.

མེན་ནི། *menne* = *mannas*, besides.

ཟན་ཏང། *zan tang*, perhaps more correctly *zan btang*, a meal in honour of a dead person.

ཚར། *thsar* = *thser*, once, one turn; *stong thsar re* means: he gave 1000 [Rs.] each turn to each (of the lamas).

བུན་ཅས། *muncas*, to faint.

རྟམ་དེད། *rtab ded*, prosecution on horseback. This compound makes it probable that the perfect tense of '*adedpa*, prosecute, had a *b* prefix originally.

༄༄༄ ༥ རྟེན་ལོ་གཅིག་གཉིས་སོང་ཕྱིན། ཀེ་སར་གྲང་གི་ལྷང་  
 བའི་ནང་དུ་མཚམས་ལ་བཞུགས། ལོ་གཅིག་སོང་ཕྱིན། ཨ་ནེ་བཀྲར་དཔན་  
 རྒྱལ་མོ་མཚམས་ཁང་གི་སྒོ་ལ་སོང་ཕྱི། སྤྱུ་འདི་ལྟར།

འོ་ན་ཨ་ནེ་བའི་ཚ་བོས་ཨ་ནེ་དངོས་ལ་ཉན་དང།  
 སྤྱིང་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོས་ཨ་ནེ་བདག་ལ་གསན་དང།  
 ད་ལེ་འི་ལོ་ལ་ཚ་བོ་མཚམས་ལ་འདུག་པ་མི་ཉན་ལོ།  
 འདི་འི་ལོ་ལ་ཀེ་སར་མཚམས་ལ་འདུག་པ་མི་ཉན་ལོ།  
 ད་ལོ་བདུད་ཀྱི་ལོ་ཁམས་མེ་ལ་ཡོད་ལོ།  
 ཁྲབ་པ་ལག་རིངས་ཀྱི་ལོ་ཁམས་མེ་ལ་ཡོད།  
 ཚ་བོ་ཉི་རི་ལོ་ཁམས་ཆུ་ཁམས་རིག་ཡིན་ལོ།  
 ལྷ་འི་བུ་ཀེ་སར་གྱི་ལོ་ཁམས་ཆུ་ཁམས་རིག་ཡིན།  
 མེ་ལ་ཆུ་ཞིག་སྤྱུག་ན་གི་ཅས་གིག་ཡིན་ལོ།  
 མེ་སྤྱུ་ཆུ་ཡིས་བསད་པ་ཉན་ཅས་གིག་ཡིན་ལོ།  
 རང་མོ་བདུད་ཀྱི་ལོ་ཁམས་ཆུ་ལ་ཡོད་ལོ།  
 རྟིང་མ་ལོ་ལ་བདུད་ཀྱི་ལོ་ཁམས་ཆུ་ལ་ཡིན་ལོ།  
 ཚ་བོ་ཉི་རི་ལོ་ཁམས་མེ་ལ་ཡོད་ལོ།  
 ལྷ་འི་བུ་ཀེ་སར་གྱི་ལོ་ཁམས་མེ་ཁམས་ལ་ཡིན།



དེ་ལོ་བདུད་མ་བདུལ་ན་བཅོ་ཐབས་རིག་མེད་ལོ།

དེ་ལོ་བདུད་མ་གྱི་ན་ནང་མོ་ཚ་བོ་ཉེ་རང་གི་ཡིན་ལོ།

ཚ་བོ་མཚམས་ལ་མ་ཞུགས་བདུད་བདུལ་བ་ལ་བིང་སྟེ་སྒྲོད་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ་སང་ཀེ་སར་གྱིས་བསམ། ང་མཚམས་ལ་འདུག་  
ཅེས་ལ་ཨ་ནེ་བཀྱར་དམན་མོ་མ་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། ང་མི་ཆ་བསམ་སྟེ་མཚམས་  
ཁང་ནས་མ་བིང་བ་འདུགས་པས། ཞབ་བདུན་སོང་སྟེ། ཨ་ནེ་བཀྱར་དམན་  
མོ་ཡང་མཚམས་སྒོ་ཅུ་ཡོང་སྟེ་ཐུ་འདི་ལྟར།

ལྷ་ཨ་ནེ་མི་ཚ་བོ་བསམ་མེད་ཁྱོད་ཨ་ནེ་དངོས་ལ་ཉན་དང།

ལྷ་ལྷ་འི་བྱ་ཀེ་སར་གྱིས་བཀྱར་དམན་མོ་འི་བདག་ལ་གསན་ལོ།

ཁྱོད་མཚམས་ལ་འདུག་སྟེ་སྒྲིང་གི་མགོ་རི་ཞིག་སི་ལྷན་ལོ།

ཁྱོད་མཚམས་བཅད་བདངས་སྟེ་སྒྲིང་བཞི་གྱུ་བརྒྱད་ག་རྒྱལ་ལ་ཉན་ཡིན།

དེ་ལོ་བདུད་མ་བསམ་ན་ནང་མོ་ཁྱོད་རང་གི་ཅེས་རིག་ཡིན་ལོ།

ཁྱོད་རང་མཚམས་ལ་མ་འདུག་བིང་སྟེ་རིག་ཡོང་ལོ།

ཨ་ནེས་དེ་རྒྱལ་ཟེར་ཏེ་ཁ་སྒྲིས་པ་སང་། ཀེ་སར་གྱིས་ཨ་ནེ་བདེན་  
བསམ་སྟེ། མཚམས་ཁང་ནས་བིང་སྟེ་སྒྲིང་མཁར་དུ་སྒྲོད། དེར་སྒྲོད་དེ་ཆོ་  
ཆོ་འབྲུ་གྱུ་མ་ལ་དེ་ཚང་མའི་གནས་ཚུལ་ཞིབ་ཆ་བཤད་དེ་ཀེ་སར་གྱིས་སྒྲུ་  
ཞིག་སྒྲུངས་སོ།

ངའི་ཆོ་ཆོས་དངོས་ཤིག་ལ་གསན་དང།

ཆོ་ཆོ་འབྲུ་གྱུ་མས་བདག་ཅིག་ལ་གསན་ལོ།

དེལོ་ང་བདུད་ཡུལ་ལ་ཆ་དགོས་བྱུང་ལོ།  
 བདུད་ཁྱ་བ་ལག་རིངས་བདུལ་བ་ཞིག་ཆེན་ལོ།  
 དེལོ་བདུད་ཀྱི་ལོ་ཁམས་སེ་ཁམས་རིག་ཡིན་ལོ།  
 བྱ་ཚ་ང་རི་ལོ་ཁམས་ནི་ཆུ་ཁམས་ལ་ཡོད་ལོ།  
 སེ་ལ་ཆུ་ཞིག་སྒྲུག་པ་ཞིག་ཆེན་ལོ།  
 སེ་ལ་ཆུ་ཞིག་བཏང་ན་ཤི་ཅེས་རིག་ཡིན།  
 རང་མོ་བདུད་ཀྱི་ལོ་ཁམས་ཆུ་ཁམས་ཡིན་ལོ།  
 ངའི་ལོ་ཁམས་སེ་ཁམས་རིག་ཡིན་ལོ།  
 རང་མོ་བདུད་ཀྱིས་སེ་ལ་ཆུ་ཞིག་སྒྲུག་ཡིན་འགྲོ།  
 དེལོ་བདུད་མ་བསད་ན་རང་མོ་བདུད་ཀྱིས་ང་བསད་ཡིན།  
 སྐད་ང་སྐད་ཆུང་སྐོ་དེ་ཅུ་ཕིང་ལོ།  
 སྐོ་ལ་ཕིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྒྲུག་ལོ།  
 མཚོ་མོ་འི་མཐིལ་ན་ཆུ་སྒྲུག་རིག་ཏིང་ལོ།  
 ཅན་དན་དམར་པོ་འི་བསངས་ཤུག་རིག་བདུག་ལོ།  
 ཅུ་ཅུ་བཟང་པོ་འི་སྤེད་དེ་སྐོ་ལ་ཕིང་ལོ།  
 སྐོ་ལ་ཕིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྒྲུག་ལོ།  
 མཚོ་མོ་འི་མཐིལ་ན་ཆུ་སྒྲུག་རིག་ཏིང་ལོ།  
 ཅན་དན་དམར་པོ་འི་བསངས་ཤུག་རིག་བདུག་ལོ།

ལྷ་ཉིག་བཟང་པོའི་མགོ་ཐུར་སྒོ་ལ་ཕིང་ལོ།  
 སྒོ་ལ་ཕིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྒྲུག་ལོ།  
 མཚོ་མོའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྒྲུག་རིག་ཏོང་ལོ།  
 ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤུག་བདུག་ལོ།  
 གསེར་རང་བདུངས་ཀྱི་འོ་བ་ཆེན་སྒོ་ལ་ཕིང་ལོ།  
 སྒོ་ལ་ཕིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྒྲུག་ལོ།  
 མཚོ་མོའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྒྲུག་རིག་ཏོང་ལོ།  
 ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤུག་བདུག་ལོ།  
 བད་མ་ཅན་ཏོ་སྒོ་སྒོ་དེ་ཅུ་ཕིང་ལོ།  
 སྒོ་དེ་ལ་ཕིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྒྲུག་ལོ།  
 མཚོ་མོའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྒྲུག་རིག་ཏོང་ལོ།  
 ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤུག་བདུག་ལོ།  
 བརྒྱ་དང་བརྒྱད་བཅུ་བཏངས་པའི་ཉུར་ལ་དེ་སྒོ་ལ་ཕིང་ལོ།  
 སྒོ་ལ་ཕིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྒྲུག་ལོ།  
 མཚོ་མོའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྒྲུག་རིག་ཏོང་ལོ།  
 ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤུག་བདུག་ལོ།  
 དུལ་རང་བཅོས་པའི་ཁ་སྒྲབས་སྒོ་ལ་ཕིང་ལོ།  
 སྒོ་ལ་ཕིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་སྒྲུག་ལོ།



མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྐྱུག་རིག་ཏོང་ལོ།

ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤྱག་བདུག་ལོ།

མག་མལ་ལི་དབྱ་ཞུ་སྒོ་ལ་ཕིང་ལོ།

སྒོ་ལ་ཕིང་ཕྱི་ལན་གསུམ་སྐྱུག་ལོ།

མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྐྱུག་རིག་ཏོང་ལོ།

ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤྱག་བདུག་ལོ།

གོས་ཆེན་དར་ཡུག་སྒོ་ལ་ཕིང་ལོ།

སྒོ་ལ་ཕིང་ཕྱི་ལན་གསུམ་སྐྱུག་ལོ།

མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྐྱུག་རིག་ཏོང་ལོ།

ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤྱག་བདུག་ལོ།

པད་ཀའི་སྐྱེ་རགས་སྒོ་ལ་ཕིང་ལོ།

སྒོ་ལ་ཕིང་ཕྱི་ལན་གསུམ་རིག་སྐྱུག་ལོ།

མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྐྱུག་རིག་ཏོང་ལོ།

ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤྱག་བདུག་ལོ།

འབན་དུམ་ཅ་དར་སྒོ་ལ་ཕིང་ལོ།

སྒོ་ལ་ཕིང་ཕྱི་ལན་གསུམ་རིག་སྐྱུག་ལོ།

མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྐྱུག་རིག་ཏོང་ལོ།

ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤྱག་བདུག་ལོ།

རུང་ཡོ་བ་པི་ཅག་སྒོ་ལ་པིང་ལོ།  
 སྒོ་ལ་པིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྤྱུག་ལོ།  
 མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྤྱུག་རིག་ཏིང་ལོ།  
 ཅན་དན་དམར་པོའི་བསང་སྤྱུག་བདུག་ལོ།  
 མཁལ་བཟོས་ཀ་གྲུ་སྒོ་དེ་ལ་པིང་ལོ།  
 སྒོ་ལ་པིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྤྱུག་ལོ།  
 མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྤྱུག་རིག་ཏིང་ལོ།  
 ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་སྤྱུག་བདུག་ལོ།  
 རོ་བ་ཚོད་མ་རལ་གྱི་སྒོ་དེ་ལ་པིང་ལོ།  
 སྒོ་ལ་པིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྤྱུག་ལོ།  
 མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྤྱུག་རིག་ཏིང་ལོ།  
 ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་སྤྱུག་བདུག་ལོ།  
 གནས་འབྱེད་མ་པ་ལི་སྒོ་ལ་པིང་ལོ།  
 སྒོ་ལ་པིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་སྤྱུག་ལོ།  
 མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྤྱུག་རིག་ཏིང་ལོ།  
 ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་སྤྱུག་བདུག་ལོ།  
 ཉི་ཤི་ལི་ཅ་མག་སྒོ་དེ་ལ་པིང་ལོ།  
 སྒོ་དེ་ལ་པིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྤྱུག་ལོ།

མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྐྱུག་རིག་ཏོང་ལོ།

ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤུག་བདུག་ལོ།

པོར་གར་རི་སྐྱན་ཅས་སྒོ་དེ་ལ་ཕིང་ལོ།

སྒོ་དེ་ལ་ཕིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྐྱུག་ལོ།

མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྐྱུག་རིག་ཏོང་ལོ།

ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤུག་བདུག་ལོ།

རོང་ཡུལ་ལི་དུ་བག་སྒོ་དེ་ལ་ཕིང་ལོ།

སྒོ་དེ་ལ་ཕིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྐྱུག་ལོ།

མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྐྱུག་རིག་ཏོང་ལོ།

ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤུག་བདུག་ལོ།

སི་ཁུར་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱི་སག་སྐྱུག་སྒོ་ལ་ཕིང་ལོ།

སྒོ་ལ་ཕིང་ཕྱེ་ལན་གསུམ་རིག་སྐྱུག་ལོ།

མཚོ་མའི་མཐིལ་ན་ཅུ་སྐྱུག་རིག་ཏོང་ལོ།

ཅན་དན་དམར་པོའི་བསངས་ཤུག་བདུག་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ། རྩོམ་ཆེར་ལ་ཕིངས་པ། ཞག་བདུན་ལ་མེན་

ནེ་ཕིང་མ་ཚར། དེ་ཚང་མ་ཕིང་ཚར་ར་དང། ས་དོ་བ་རི་རབས་ཚང་མ་འགལ་

ཅས་མཐོང་སོང། དེ་ནས་རྩོམ་ཆེར་ཀ་མང་པོ་ཡོང་ཕྱེ་གེ་སར་ལ་ཐྱུ་འདི་ལྟར།

སྒྲིང་བྱལ་ལྟམ་ཆེན་མོས་དངོས་ཤིག་ལ་གསན་དང།

ལྟའི་བྱ་གེ་སར་གྱིས་བདག་ཅིག་ལ་གསན་དང།



གནས་ཕྱོད་མཐོན་པོ་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིད་ན།

ཉི་ཟླ་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་གཏད་སུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

གངས་ཕྱོད་མཐོན་པོ་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིད་ན།

སིང་གི་གཡུ་རལ་གྱི་སྒོ་གཏད་སུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

བག་ཕྱོད་མཐོན་པོ་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིད་ན།

སྒྲིན་ཆེན་བ་གན་གྱི་སྒོ་གཏད་སུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

སྤང་ཕྱོད་མཐོན་པོ་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིད་ན།

འབྲོང་ཆེན་ཁམ་བའི་སྒོ་གཏད་སུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

མཚོ་མ་ཕྱོད་མཐོན་པོ་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིད་ན།

ཉ་མོ་གསེར་མིག་གི་སྒོ་གཏད་སུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

ཐང་ཕྱོད་མཐོན་པོ་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིད་ན།

ཤང་ཀུ་མཆུག་རུ་གྱི་སྒོ་གཏད་སུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

ལུང་པ་ཆེན་མོ་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིད་ན།

ལྷ་མོ་འབྲེལ་ལི་ཡི་སྒོ་གཏད་སུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

རྩ་ཤིང་ནགས་ཚལ་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིད་ན།

བྱང་བྱིབ་ཡི་སྒོ་གཏད་སུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

བྱུང་རྩལ་གེ་སར་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིད་ན།

ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གུ་མའི་སྒོ་གཏད་སུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

སྒྲིང་མཁར་ཅེ་དག་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིང་ན།  
 རྩེ་མ་ལྷོ་ལྷོ་མ་མཁར་གྱི་སྒྲོ་གཏད་སྤྱུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

ཀྱང་མོད་དབྱེར་བ་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིང་ན།  
 མོད་མ་ཚ་ལངས་གྱི་སྒྲོ་གཏད་སྤྱུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

མཛོ་མོ་ཀྱང་དཀར་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིང་ན།  
 མཛོ་མོ་ལྷོ་ལྷོ་མ་མཁར་གྱི་སྒྲོ་གཏད་སྤྱུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

ལྷོ་མོ་ཀྱང་དཀར་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིང་ན།  
 མོ་མོ་མཁར་པའི་སྒྲོ་གཏད་སྤྱུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

ཅིད་བྱ་སྤྱེ་དམར་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིང་ན།  
 ར་མ་དཀར་མའི་སྒྲོ་གཏད་སྤྱུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

མོ་ལགས་མགོ་གསེར་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིང་ན།  
 མ་མོ་མཁར་པའི་སྒྲོ་གཏད་སྤྱུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

ཁྱི་མོ་གསེར་ལིང་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིང་ན།  
 ཁྱི་མོ་ལྷོ་ལྷོ་མ་མཁར་གྱི་སྒྲོ་གཏད་སྤྱུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

ལྷོ་མོ་ཀྱང་དཀར་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྒྲིང་ན།  
 ལྷོ་མོ་མཁར་པའི་སྒྲོ་གཏད་སྤྱུ་ཞིག་ལ་ཡིན་ལོ།

ཇོ་ཇོས་དེ་རྒྱལ་ཞུས་པ། ཀེ་སར་གྱིས་ལན་དུ་སྒྲུབ་དེ་ལྟར་བཤངས་སོ།

ངའི་ཇོ་ཇོ་ཁྱོད་དངོས་ཤིག་ལ་ཉོན་དང།

ཇོ་ཇོ་འབྲུག་མས་ངའི་བདག་ལ་གསན་དང།

གནས་སྟེང་མཐོན་པོ་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ཅ་སྟེང་ན།

སྤྱན་དོ་གོས་ཟས་ཞིག་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས།

ཉི་ཟླ་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་གཏད་ཁོ་དེ་ལ་ཡིན་ལོ།

གངས་སྟེང་མཐོན་པོ་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྟེང་ན།

གངས་མེ་ལོང་ཟས་ཞིག་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས།

སང་གི་གཡུ་རལ་གྱི་སྒོ་གཏད་ཁོ་དེ་ལ་ཡིན་ལོ།

བྲག་སྟེང་མཐོན་པོ་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྟེང་ན།

བྲག་པར་བྱང་ཟས་ཞིག་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས།

ཕྱིན་ཆེན་བ་གན་གྱི་སྒོ་གཏད་ཁོ་དེ་ལ་ཡིན་ལོ།

སྤང་སྟེང་མཐོན་པོ་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ཅ་སྟེང་ན།

སྤང་དོ་གོས་ཟས་ཞིག་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས་ལོ།

འབྲོང་ཆེན་ཁས་པའི་སྒོ་གཏད་ཁོ་ཀུན་ལ་ཡིན་ལོ།

མཚོས་སྟེང་མཐོན་པོ་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྟེང་ན།

ཅུ་མིག་ཀྱལ་གྱི་ལ་ཟས་ཞིག་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས།

ཉ་མོ་གསེར་མིག་གི་སྒོ་གཏད་ཁོ་ཀུན་ལ་ཡིན་ལོ།



ཐང་ཕྱོད་མཐོན་པོ་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྦྱོད་ན།

ཐང་བྱ་ཀྱར་ཀྱིར་ཟམ་ཞིག་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས།

ཤང་ཀུ་མཐུག་རུམ་གྱི་སྒོ་གཏད་ཁོ་ཀུན་ལ་ཡིན་ལོ།

ཐང་པ་ཆེན་མོ་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྦྱོད་ན།

ཐང་པ་སྒྲ་ཁྱེད་ཟམ་ཞིག་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས་ལོ།

ཕྱ་ཚེ་འབྱོལ་མེད་ལྟོ་གཏད་ཁོ་ཀུན་ལ་ཡིན་ལོ།

ཅུ་ཤིང་ནགས་ཚལ་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྦྱོད་ན།

ཚོར་མ་བར་བྱར་ཟམ་ཞིག་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས་ལོ།

བྱ་ཤོག་ཐོག་གི་སྒོ་གཏད་ཁོ་ཀུན་ལ་ཡིན་ལོ།

ཕྱུལ་ལྷ་མ་ཀེ་སར་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྦྱོད་ན།

འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་ཐེ་ཕོང་ཟམ་བཞུགས་ལོ།

ཆོ་ཆོ་འབྲུ་གུ་མའི་སྒོ་གཏད་ཁོ་ལ་ཡིན་ལོ།

ཐུ་ཅ་ཀྱང་གོད་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྦྱོད་ན།

ཐུ་ཅ་ཀེར་ཟེ་ཟམ་ཞིག་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས།

གོད་མ་ཚ་ལངས་ཀྱི་སྒོ་གཏད་ཁོ་ལ་ཡིན་ལོ།

མཛོ་ཕོ་ཀྱང་དཀར་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྦྱོད་ན།

མཛོ་ཕུ་ར་མ་ཟམ་ཞིག་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས།

ཡོན་གྱི་སྒོ་གཏད་ཁོ་ལ་ཡིན་ལོ།

གུ་མོ་ཁ་དཀར་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ཅ་སྟོན་ན།  
 ཀུ་ཅུག་བེ་ལ་ཟམ་ཞིག་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས་ལོ།  
 མོང་མོ་ཁམ་པའི་སྟོ་གཏད་ཁོ་དེ་ལ་ཡིན་ལོ།

ཅིན་བྱ་སྟེ་དམར་ཀུན་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ཅ་སྟོན་ན།  
 རི་གུ་ཁ་སྟོན་དེ་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས་ལོ།  
 ར་མ་དཀར་མའི་སྟོ་གཏད་ཁོ་དེ་ལ་ཡིན་ལོ།

མོ་ལགས་སྟོ་གཏད་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྟོན་ན།  
 ལུག་གུ་རྩི་མོ་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས་ལོ།  
 མ་མོ་ཁམ་པའི་སྟོ་གཏད་ཁོ་དེ་ལ་ཡིན་ལོ།

ཁྱི་མོ་གཏེ་མའི་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྟོན་ན།  
 ཁྱི་གུ་ཁ་རྩང་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས་ལོ།  
 ཁྱི་མོ་ཕྱོམ་དཀར་མའི་སྟོ་གཏད་དེ་ཁོ་དེ་ལ་ཡིན་ལོ།

བེ་ལ་ནག་རྩང་མ་བཞུགས་བྱང་དེ་ལ་སྟོན་ན།  
 གཡལ་ནང་གི་ལ་དྲིར་ར་ཞུགས་ཉིད་ལ་བཞུགས་ལོ།  
 བེ་མོ་ཁ་ཕུག་གི་སྟོ་གཏད་ཁོ་དེ་ལ་ཡིན་ལོ།

ཐེམ་ཐེམ་གྱི་ཐེམ་གྱི་སྟོ་གཏད་དེ་མ་གུ་དཔལ་ལ་ཡིན་ལོ།

## No. 2.

དེ་རྒྱལ་ཟེར་དེ་དྲ་རྒྱང་མོད་དཔེར་པ་ལ་སྟོན་བཟུང་དེ། ཀེ་སར་ནང་ལ་  
 རི་ཕྱེ། རི་དོན་བཏངས། མོག་དོན་བཏངས། རྩ་གསོལ་བཏངས། རྩོ་རྩོ་

འབྲུག་མ་ལ་ཀལ་ཅོར་བཀལ་དེ། སྤྱིང་སྤྱུང་གྱི་སྤྱིང་ལ་བསྐྱེད་ཅི་ནས། ལས་  
ལས་སོང་ཅི་ཅོ་ཅོ་ཅོ་ས། ཀེ་སར་གྱིས་ཅོ་ཅོ་ལ་ཐུ་ཞིག་སྤྱངས། ॥

ས་ཤུམས་འང་ཅོ་ཅོ་ལེ་ས་ཤུམས་འང།

ཅོ་ཅོ་འི་སྤྱན་སྤྱིག་ལགས་སོ་ལ་གནོད་ཅས་ཡིན།

ས་ཤུམས་འབྲུག་སོ་ས་ཤུམས་འང།

འབྲུག་སོ་འི་ཤ་སོ་ག་ལགས་སོ་ལ་གནོད་ཅས་ཡིན།

ང་སྤྱང་རྒྱུ་ཁོང་ཁོང་སོང་སྤྱི་སྤྱི་དཀར་ཐར་ཐོར་ཐོར་བསྐྱེད་ཡིན།

སྤྱི་དཀར་ཐར་ཐོར་ཐོར་སོང་སྤྱི་སྤྱི་ར་སྤྱི་ར་ཐོར་བསྐྱེད་ཡིན།

སྤྱི་ར་སྤྱི་ར་ཐོར་སོང་སྤྱི་དཀར་སྤྱི་ར་ཐོར་བསྐྱེད་ཡིན།

ཅོ་ཅོ་ས་ཤུམས་འང་ལེ་འབྲུག་སོ་ས་ཤུམས་ལེ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ། ཅོ་ཅོ་ཐོབ་མང་པོ་ཅུས་སོང་། དེ་རྒྱལ་བཅོ་འིན་  
ཞིག་དང། ཞིག་བདུན་སོང་བས། ཨ་ནེ་བཀུར་དཔན་སོས་ཀེ་སར་ལ་ཟེར་ས།

ལྷ་ཤེས་ཨན་ནི་ཤེས་སེད། ལྷ་འི་བྱ་ཀེ་སར། ཁྱོ་རང་གིས་བྱ་སོ་འི་གཏས་ལ་

ཉན་དེ། གཞུག་ལ་བདུད་བདུལ་ཡིན་ཟེར་ས་པ། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་བྱ་བྱ་

ཀྱང་ཞོད་དེ་ཐོར་པའི་ཁ་ཞོན་དེ་སོང། ཅོ་ཅོ་ཡང་ཞོད་མ་ཚ་ལངས་ལ་སྤྱི་

པལ་དེ། ཀེ་སར་གྱི་དྲིང་རང་ནས་ཤོང་། ཡང་ལས་གསུམ་འཛོམ་

ཅིག་ལ་ཀེ་སར་ཐུག་སོང། དེ་བྱ་ཀེ་སར་གྱིས་ཅོ་ཅོ་ལ་ཐུ་ཞིག་བདུངས། ॥

ངའི་ཅོ་ཅོས་དངོས་ཤིག་ལ་ཉན་དང།

ཅོ་ཅོ་འབྲུག་མས་བདག་ཅིག་ལ་གསན་ལོ།



ཨ་ཡི་རི་དཀར་པོ་དེ་སྤྲི་སྤྲི་རི་ཞིག་ཡིན་པོ།

དེ་བོ་བཤད་ན་ཇོ་ཇོ་འགྲོ་བ་ལ་ཐག་ཆོད་སོང་པོ།

ཨ་ཡི་རི་དམར་པོ་དེ་སྤྲི་སྤྲི་རི་ཞིག་ཡིན་པོ།

དེ་བོ་བཤད་ན་ཇོ་ཇོ་འགྲོ་བ་ལ་ཐག་ཆོད་སོང་པོ།

ཨ་ཡི་རི་ནག་པོ་དེ་སྤྲི་སྤྲི་རི་ཞིག་ཡིན་པོ།

དེ་བོ་བཤད་ན་ཇོ་ཇོ་འགྲོ་བ་ལ་ཐག་ཆོད་སོང་པོ།

ཨ་ཡི་རི་ལྗང་ཁུ་དེ་སྤྲི་སྤྲི་རི་ཞིག་ཡིན་པོ།

དེ་བོ་བཤད་ན་ཇོ་ཇོ་འགྲོ་བ་ལ་ཐག་ཆོད་སོང་པོ།

ཨ་ཡི་རི་ལྗན་པོ་དེ་སྤྲི་སྤྲི་རི་ཞིག་ཡིན་པོ།

དེ་བོ་བཤད་ན་ཇོ་ཇོ་འགྲོ་བ་ལ་ཐག་ཆོད་སོང་པོ།

དེ་ཀུན་མ་བཤད་ན་ཇོ་ཇོ་མི་འབྲིང་ཐག་ཆོད་ཡིན།

།ཇོ་ཇོ་ས་ལན་དུ་ཐུ་ཞིག་བཏང་ས་སོ།

ཨ་ཡི་རི་དཀར་པོ་དེ་ལྷ་འི་དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་གྱི་སྤྲི་རི་ཡིན།

ཨ་ཡི་རི་དམར་པོ་དེ་ཨ་མ་སྐྱབས་བདུན་གྱི་སྤྲི་རི་ཡིན།

ཨ་ཡི་རི་ནག་པོ་དེ་ཁྱ་རྒྱལ་ལྗོགས་པོའི་སྤྲི་རི་ཡིན།

ཨ་ཡི་རི་ལྗང་ཁུ་དེ་རྒྱལ་ལྷ་མ་ཀེ་མར་གྱི་སྤྲི་རི་ཡིན།

ཨ་ཡི་རི་ལྗན་པོ་དེ་ཇོ་ཇོ་ང་རང་གི་སྤྲི་རི་ཡིན་པོ།

དེ་ལྟར་ཟེར་སྟེ། རྩོམ་མཉམ་པོ་ཆ་ཅེས་སོང་། དེ་ནས་ཁོ་  
ཀ་སོང་ལྟེ། མཚོ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་མདུན་ལ་བསྐྱེད་སོང་། དེ་ལྟ་ཆོ་ཆོས་  
དང་ཞིག་བཅས་། ཀེ་སར་གཉིད་ཅིག་ཡོག་ལྟེ་འདུག་སྟེ། ཉིད་དེ་ནང་དུ  
ནི་གཞུང་དཔལ་མོ་ལྟེ་ཅིག་ལྟེ་འདུག་ཅེས་ཅོང་རོ།

ལྟ་ཞེས་ཅན་ནི་ཞེས་མེད་ཀེ་སར་གྲུབ་པ་ཉན་དང་།  
ལྟ་གྲོས་ཅན་ནི་གྲོས་མེད་ལྟེ་བྱ་ཀེ་སར་གསན་དང་།  
ཁྱིད་ཀྱིས་བྱ་མོ་འབྲིད་དེ་བདུད་ག་ལྟར་ལ་བདུལ་ཡིན།  
ཁྱིད་ཀྱིས་ཆོ་ཆོ་འབྲིད་དེ་བདུད་ལྟར་ལ་ག་ལྟར་ལ་ཆེན།  
ཁྱིད་ཀྱིས་ཆོ་ཆོ་སྒྲིག་པ་མ་ཉན་ན་བདུད་བསད་པ་མི་ཉན་པོ།  
ཁྱིད་ཀྱིས་ཐབས་ཤིག་བཅོ་ལྟེ་ཆོ་ཆོ་ཡོག་ལྟེ་ཉོང་པོ།

གཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་དེ་ལྟར་ཅོང་དེ། ཀེ་སར་མཁྱོག་སྟེ་ལ་ལངས་དེ་ཆོ་  
ལ་ཅང་མ་ཟེར་བ། ཉ་ཞིག་ལ་བརྒྱུ་ལྟེ་མཚོ་ལྟེ་ཉོང་དུ་སོང་། མཚོ་ལྟེ་དཀྱིལ་ལ་  
བཅོན་པོ་ཞིག་ཡོད་ཅུག། དེ་ལྟ་བུ་ཁ་སོང་ལྟེ་གྲུབ་པ་ཞིག་ལ་བརྒྱུ་ལྟེ་  
བདུལ་ལྟེ་བཞུགས་སོང་། ཆོ་ཆོ་ལ་འདོན་དང་འཕྲོན་དེ་བལྟ་ཟེན། ཀེ་སར་  
ཅུག། དེ་ནས་ཆོ་ཆོ་ལྟེ་ལྟེ་ཞིག་དེ་ཆོས་བཅད་སྟེ། མི་ཆོས་བཅད་སྟེ་ལ་མ་  
བས། ལར་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་བཅོས་པ། མཚོ་ལྟེ་དཀྱིལ་ལ་གྲུབ་པ་ཞིག་མཚོ་  
གསེར་དང་དུལ་གྱི་མལ་ཏལ་ཞིག་ལྟེ། ཆོ་ཆོ་ཡོག་ལྟེ་ཡོང་ཅེས་ལ་འཆས་  
དེ་ནས་ལ་ནི་གཞུང་དཔལ་མོ་ལྟེ་དེ་ལྟར་འཕྲུལ་ལི་ཁ་ལྟེ་མོ་མང་པོ་ལྟེ་  
ཆོ་ཆོ་སྒྲིག་པ་བཅུག་པར་། སྒྲིང་མཁའ་དུ་བྱེད་སྟེ། ཀེ་སར་མཚོ་ཆོ་

ང་མེ། བདུན་ལྷུལ་ཕྱོགས་ལ་སྒྲེད་པས། ཞག་ཁ་ཅིག་འགྲུལ་དེན། ས་དོག་  
 མོ་ལྟང་པ་གསུམ་འཛོམས་ཤིག་ནས་པར་ལ་ས་ཁྲང་གི་མཐིལ་ན་འགྲུལ་ཅེས་  
 ཤིག་ཡོད་ཅུག། དེ་པོ་མཐོང་སྟེ་སྤང་ང་སྒྲེས་དེ། རྒྱ་ཅིག་པོང་སྟེ་རྒྱ་གཞི་  
 སྤྱི་དང་ཁྱ་འདི་ལྟར།

ཆ་འཁོར་གསུམ་བརྒྱ་དྲུག་བཅུ་མཆིན་ནོ།

འདི་རིང་ང་ལ་དབྱང་རོགས་མཛད།

ཆ་འཁོར་གསུམ་བརྒྱ་དྲུག་བཅུ་མཆིན་ནོ།

འདི་རིང་ང་ལ་དབྱང་རོགས་མཛད།

མཉམ་པོ་སྒྲིས་པའི་ཆ་དག་མཆིན།

འདི་རིང་ང་ལ་དབྱང་རོགས་མཛད།

མཉམ་པོ་སྒྲིས་པའི་ཁྱ་དག་མཆིན།

འདི་རིང་ང་ལ་དབྱང་རོགས་མཛད།

པས་ཆ་ཀེར་ཟོང་སྟམ་པོ་མཆིན།

འདི་རིང་ང་ལ་དབྱང་རོགས་མཛད།

མས་ཆ་བཀུར་དམན་རྒྱལ་མོ་མཆིན།

འདི་རིང་ང་ལ་དབྱང་རོགས་མཛད།

ཆའི་དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་མཆིན།

འདི་རིང་ང་ལ་དབྱང་རོགས་མཛད།



བར་གྱི་ཡམ་མ་ལྷ་བ་བདུན་མཁུན།

འདི་རིང་ང་ལ་དབྱང་རོགས་མཛད།

འོག་གི་ཁུ་གྲུ་ལ་རྫོགས་པོ་མཁུན།

འདི་རིང་ང་ལ་དབྱང་རོགས་མཛད།

དེ་ལྟར་ཟེར་རིན་ཞིག། མགུར་མ་ཞིག་བདངས་པ། ཁོ་ལ་ང་གྲུ་ལ་  
བ་ཞིག་མཐོང་ཕྱི་ལ་མ་གསལ་པོ་མཐོང་སོང། དེ་ནས་བཟུང་ཕྱི་ལ་བདུན་མཁུན།  
བདུན་གྱི་ས་ལྷ་ལ་ལ་བསྐྱེད་ནས། ར་རྫི་དང་ཐུག་སོང། ར་རྫི་  
ཉིད་གྱིས་སྤྱིང་བའི་མི་རྩམ་ཕྱི་ཁྱེད་མཁུན་ཡོད་ཚུག། སྤྱི་ལྷ་བདུན་མཁུན་  
ཡོད་ཚུག། ཁོ་ལ་མཁུན་ལ་གྲུ་བ་བ་ཞིག་བཙོ་ཕྱི་སོང་བས། དེ་ར་རྫི་གྲུ་  
གྱིས་ཟེར་ས་པ། གྲུ་བ་བ་ཁྱེད་འདིར་ཅི་ལ་ཡོངས། འདིར་བདུན་ལྷ་ལ་  
ཡོན་ཟེར་ས་པ། ཟེར་ནའང་། ཁོ་དེ་ཅུ་འདུགས། ཁོས་འདུགས་བཙོ་ཕྱི་  
བདུན་གྱི་ར་མ་རྫི་གྱིས་པ་ཚང་མ་ལ་ལ་དང་ཚོལ་ཚང་མ་ལྷ་རིན་ཟེར་ཞིག་  
འདུགས། དེ་ནས་ར་རྫི་གྲུ་གྱིས་ཟེར་ས་པ། ཁྱེད་ལ་གྲུ་བ་བའི་པ་ལྷ་ལ་གྲུ་  
ཡོན་ཟེར་ས་པ། གྲུ་བ་བ་དེས་ང་སྤྱིང་ལྷ་ལ་ནས་ཡོངས། འདི་ལྷ་ལ་ང་ལ་ལ་  
མི་ཤེས་ཟེར་ས་པ། ར་རྫི་གྲུ་གྱིས་འདི་ས་པ། སྤྱིང་གྲུ་ལ་རྫི་མ་གྱིས་པ་ལ་  
བདུན་ལ་ཡོང་ཆེན་ཟེར་འདུགས། བས་ཡོང་ཅིས་འདུགས། གྲུ་བ་བ་ཁྱེད་ལ་  
བར་མེད་དེ་ཟེར་ས་པ། གྲུ་བ་བས་ཟེར་ས། གྱི་སར་ཡང་མཁུན་པ་ཡོང་ཆེ  
འདུགས་ཟེར་ས། དེ་ནས་སྤྱིང་བའི་མི། ར་རྫི་ལ་ཡང་ཡོད་བའི་མི་ལྷ་ལ་གྱི་སར་  
ཀོ་དེས་བསྐྱོད་དེ་ཟེར་ས། ར་སྤྱིང་གྲུ་ལ་རྫི་མ་གྱིས་པ་ཡོན། ར་བདུན་ལྷ་ལ་

བ་ལ་ཡོངས་པ་ཡིན། བདུད་ཀྱི་མཁར་ནང་དུ་སྤྱེ་ཡོད། མཁར་གྱི་ལམ་སྤངས་ལ་  
 སྤྱེ་ཡོད་འདྲིས་པ། དེ་ནས་སྤྱིང་གི་མི་ཀུན་འཕད་དེ། དེའི་གནས་ཚུལ་ཚང་  
 མ་ཞུས་པ། བདུད་ཀྱི་མཁར་ནང་དུ་ཇོ་མོ་བས་ཟ་བུས་སྤྱིད་ཡོད། མཁར་གྱི་  
 སྤྱིང་སྤངས་པ་སྤྲུག་གཞིག་གི་ལམ་སྤངས་ཡོད། དེ་ཚང་མ་གསོན་ཏེ་མེན། མོ་བ་  
 བྱངས་ཏེ་མོར་ཏེ་ཡིན། ཉེ་རང་མ་འཛིགས་ལེ་ཟེརས་པ། དེ་ནས་ཀེ་སར་འཕད་  
 ཀྱི་ཞིག་སོང་ཕྱི། མཁར་གྱི་མདུད་ལ་ཙ་བེག་མ་བསྐྱེབ་པ་མྱུ་ཞིག་བཏངས།

མདུད་གང་གནས་དང་མ་ཐུག་པའི་མཁར་དེ་སྤྱིད་ཡིན་ལོ།

མདུད་གང་ས་དང་མ་ཐུག་པའི་ནང་དུ་སྤྱེ་ཞིག་ཡོད།

སྤྱི་མཁར་པོའི་ནང་མི་ཆེན་སྤྱེ་ཞིག་བཞུགས་ལོ།

ཇོ་མོ་བས་ནི་འདྲེ་ཞིག་ཡོད་དུ་སྤྱང་བའི་ལྷ་ཞིག་ཡོད་ལོ།

ང་ཁ་ལ་ཟས་མེན་པ་རྒྱུད་གྱི་རིག་སོང་ལོ།

ལུས་ལ་གོས་རིག་མེད་པ་ལོ་དགྱ་རིག་སོང་ལོ།

ང་ལ་ཟས་ཤིག་སྤྱེ་བ་ཇོ་མོ་བས་རིག་མཛད་ལོ།

ལུས་ལ་འགོན་སྤྱིང་དེ་སྤྱེ་ལ་བར་མཛད་ལོ།

ཁ་ལ་ཟས་ཤིག་སྤྱེ་ལ་ཏེ་ནང་བསམད་ནའང་གྱིག་ལོ།

ལུས་ལ་གོས་ཤིག་སྤྱེ་ལ་ཏེ་ནང་བསམད་ནའང་ཆོག་ལོ།

ཀེ་སར་གྱིས་དེ་རྒྱུག་ཟེརས་པ་སང། མཁར་གྱི་ནང་ན་ཇོ་མོ་བས་ཟ་

མ་དེ་ཀྱིས་དཀར་ཁུང་ནང་ནས་མགོ་ཡིང་ཕྱི་བུས་པ། དེ་བུ་པན་རྒྱང་སྤོང་  
 བྱང་དེ་ཕྱི་དང་ཚུག་པས། ཇོ་མོ་ལ་སྤྱི་སྤྱི་བ་ཅིག་ཡོང་ཕྱི་མྱུ་འདི་ལྟར།

ལྷ་ཁྱོད་མི་ཡུལ་ལི་མྱོན་བྱ་ཞིག་ག་ནས་ཡོངས་ལོ།

ཁྱོད་མི་ཡུལ་ལི་ལྷ་ལྷ་བྱ་ག་དེ་གང་ནས་ཡོངས་ལོ།

ཁྱོད་དེ་སློག་ལ་པངས་པ་ཚོར་ར་མི་རག་ག།

ཁྱོད་རང་སློག་འཁུར་དེ་རང་ཡུལ་ལ་སོང་ལོ།

འདི་བདུན་ཡུལ་ཡིན་བ་མ་གཤམ་ས།

འདི་བདུན་མཁར་ཡིན་བ་མ་གཤམ་ས།

ཁྱོད་ལ་ལྷ་པེ་ཞིག་དགོས་ན་མཁར་གྱི་སྒོ་ལ་ཡོང།

ཁྱོད་དབང་ཅན་དེ་ག་ཡིན་ན་བཞིག་པ་དེ་ག་ཡོང་ལོ།

དེ་རྒྱག་ཟེརས་པ། ཀེ་སར་གྱིས་ལན་དུ།

ཤར་དེ་སྒོ་ལ་དྲ་དཀར་ལ་ཞོན་པའི་མི་དཀར་འདུག།

དེ་བོ་ལ་ང་ག་རྒྱག་ལ་ཡོང་ཡིན་ལོ།

ལྷོ་དེ་སྒོ་ལ་དྲ་ཐུག་ལ་ཞོན་པའི་མི་ཐུག་འདུག།

དེ་བོ་ལ་ང་ག་རྒྱག་ལ་ཡོང་ཡིན་ལོ།

ནུབ་གྱི་སྒོ་ལ་དྲ་ནག་ལ་ཞོན་པའི་མི་ནག་འདུག།

དེ་བོ་ལ་ང་ག་རྒྱག་ལ་ཡོང་ཡིན་ལོ།

བྱང་གྱི་སྒོ་ལ་དྲ་གསེར་ལ་ཞོན་པའི་མི་གསེར་འདུག།

དེ་ལ་ང་ག་རྒྱག་ལ་ཡོང་ཡིན་ལོ།



དེ་རྒྱལ་ཟེངས་པ་སང་། རྩོམ་བས་ཟུམ་སྤྱིད་ཀྱིས་ལན་དུ།

མི་ཡུལ་ལི་སྤྱོད་བྱ་དངོས་ལ་ཉན་དང་།

མི་ཡུལ་ལི་སྤྱོད་བྱུག་བདག་ལ་གསན་ལོ།

ཤར་གྱི་སྒོ་སྤངས་དེ་ངའི་སིང་བོ་ཡིན་ལོ།

སྒོ་འི་སྒོ་སྤངས་དེ་ངའི་ཨ་ཞང་ཡིན་ལོ།

རྒྱལ་གྱི་སྒོ་སྤངས་དེ་ངའི་ཨ་བ་ཡིན་ལོ།

བྱང་གི་སྒོ་སྤངས་དེ་ངའི་བྱ་ཚ་ཡིན་ལོ།

དེ་ནམས་ཀྱིས་གནོད་པ་མི་སྤྱུལ་ལོ།

དེ་ཚང་མ་ལ་ངས་ཟེང་ཡིན་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེངས་པ། ཀེ་སར་མཁར་གྱི་སྒོ་མདུན་ལ་སོང་བ། ཉ་སྒོ་སྤྱོད་  
དེ་བཅུག་སྤྱི་ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་ཐུ་ཞིག་བཏངས་སོ།

ཁྱིད་བདུད་ཀྱི་རྩོམ་བས་དངོས་ལ་ཉན་དང་།

རྩོམ་བས་ཟུམ་སྤྱིད་བདག་ལ་གསན་ལོ།

དཀར་ཞིག་རང་དཀར་ན་རྩོམ་འི་སོ་དང་སེན་སོ་དཀར་ལོ།

དེ་རྒྱལ་གྱི་རྩོམ་བས་དེ་རྩོམ་འི་སིང་འདྲི་སྤྱི་ཡོད་ས་ཡིན།

དཀར་ཞིག་རང་དཀར་ན་འབྲུ་གུ་མའི་སོ་དང་སེན་སོ་ཀུན་དཀར་ལོ།

དེ་རྒྱལ་གྱི་འབྲུ་གུ་མ་བོར་དེ་རྩོམ་འི་སིང་འདྲི་སྤྱི་ཡོད་ས་ཡིན།

ནག་ཅིག་དང་ནག་ན་ཆོ་ཆོ་འི་སྒྲ་དང་མིག་སྒྲ་ནག་ལོ།

ནག་ཅིག་དང་ནག་ན་འབྲུ་གུ་མའི་སྒྲ་དང་མིག་སྒྲ་ནག་ལོ།

དེ་རྒྱལ་གྱི་ཆོ་ཆོ་པོར་ཏེ་ཆོ་ཆོ་ཉེ་དང་གི་ཕི་ལ་ཡོངས་པིན།

དེ་རྒྱལ་གྱི་འབྲུ་གུ་མ་འཕང་ལྷེ་ཆོ་མོ་བམ་ཟ་བུམ་སྦྱིད་བཙལ་ཏེ་ཡོངས་པིན།

ང་མཁའ་གྱི་དང་དུ་ཡོང་རྒྱལ་གྱི་མཛད་ཆོ་ཆོ་མཁའ་ལོ།

ང་ལ་ད་སྒྲེ་ཕྱེ་དེ་གས་རིག་མཛད་འང་ཆོ་ཆོ་མཁའ་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ་སང་། ཆོ་མོ་མང་པོ་འཕམ་སྒྲེ་ཕྱེ་ཕྱེ་མཁའ་གྱི་ནང་  
དུ་སོང་ལྷེ། ཁྲིང་གཞིས་ཀ་སྦྱིད་པོ་འི་ནང་དུ་གནས་སོང་།

No. 3.

དེ་ནས་ཞག་ཚེ་ལྷ་ཟམ་སོང་ལྷེ་ན། བས་མཁའ་འབྲུག་སྒྲ་ཉར་སྐད་  
ཆེན་པོ་འབོད་ནས། ས་དང་གནས་ཚང་མ་ཆིག་ཆིག་གལ་ཅིས་ཡོངས་པས།  
ཀེ་སར་གྱིས་ཆོ་མོ་ལ་འདྲིས་པ། ཆོ་མོ་ལེ། འདྲི་སྐད་ཆེན་པོ་དེ་ཅི་ཡིན་ཟེར་ས་པ།  
ཆོ་མོས་ཟེར་ས། འོ་རྒྱལ་པོ་ལེ། ད་བདུད་ཁྲབ་པ་ལག་རིངས་ཡོང་ཅིས་ལ་ཁ་  
གུར་ཏེ་ཡིན་ནོལ་ཟེར་ས་པ། དེ་ནས་ཡང་ཞག་བཙུ་སོང་ལྷེ་ན། ཡང་སྒྲོན་མའི་  
སང་ཐེབ་སྐད་ཆེན་པོ་ཞིག་བཏང་ས། ཡང་ཀེ་སར་གྱིས་འདྲིས་པ། ད་འདྲི་  
སྐད་དེ་ཅི་ཡིན་ཆོ་མོ་ལེ། ཆོ་མོས་ཟེར་ས། ད་ཞག་བཙུ་འི་ལས་ལ་བསྐྱེབ་  
ཏེ་ཡིན་ཟེར་ས། དེ་ནས་ཡང་ཐེབ་སྐད་དྲག་པོ་ཞིག་བཏང་ས་པ། ཀེ་སར་གྱིས་  
ཡང་འདྲིས། ཆོ་མོ་ལེ་དེ་ཅི་ཡིན་ཟེར་ས་པ། ཆོ་མོས་ཟེར་ས། ད་བདུད་ཞག་



ལྷའི་ལས་ལ་བསྐྱབ་ཚར་ཟེར་ས་པ། ཀེ་སར་སང་པོ་འཛིག་ས་ཏི་ཟེར་ས། དང་  
 སྒྲོམ་ཆོ་མ་ལ་ཟེར་ས་པ། ཇོ་མོ་ས་སྤྱ་བའི་ས་ཁྱད་ཅིག་མེད། ས་དོང་ཅིག་  
 འབྱུ་ལྷེ། དེའི་ནང་དུ་འདུག་ན་ཉན་ཡིན། ང་དང་ལ་མི་ག་ནས་ཁྱོང་ཡིན།  
 ཀེ་སར་གྱིས་ཟེར་ས་པ། མི་ང་རང་གིས་ཁྱོང་ཡིན་ཟེར་དེ། ཀྱང་བའི་མི་ཅུ་བཅུ།  
 ལག་བའི་མི་ཅུ་བཅུ་འབྱུད་དེ། མི་བཅོ་ལྔ་ཁོ་རང་དང་བཅུ་གཅིག་། ཇོ་མོ་དང་  
 བཅུ་གཉིས་བཅོ་ལྔ། མཁར་གྱི་ནང་ས་དོང་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྱུ་ལྷེ། དེའི་ནང་དུ་  
 ལྷན་སྐྱེས་བོ་ལ་མོ་བཅོ་ལྔ། ཀེ་སར་དེའི་ནང་དུ་བོར་དེ། ལྷ་བ་གཅིག་གི་ཟ་  
 ཅས་ཞིས་པོ་ཞིག་ཡང་མཉམ་པོ་བོར་ས། མགོ་འི་ཁ་བྱ་རིགས་ཚང་མའི་ཤོག་  
 པ་སྒྲ་སོགས་བཅུངས། ས་དོང་ལ་ཐོག་སྐྱབ་ལྷེ། དེའི་ཁ་ས་མོ་ཆེ་དངས།  
 དེའི་ཁ་ལྱད་མོ་ཆེ་བཅུངས། དེའི་ཁ་སྒྱིད་མོ་ཆེ་བཅུགས། དེའི་ཁ་ཟངས་མོ་ཆེ་  
 བཀལ་དེ། ཅུ་སྐར་ལྷེ། དེའི་ཡོག་ལ་མི་ཆེན་པོ་ཞིག་སྐྱུ་ལྷེ་བོར་ས། དེའི་  
 ནང་དུ་བཅུད་ལ་ཟ་ཅས་བཅོ་ལྔ་བོར་ས།

དེ་ནས་བདུད་རླབ་པ་ལག་རིངས་བསྐྱབ་སོང་བས། ཇོ་མོ་ས་ཟ་ཅས་  
 ཚང་མ་བཅུང་སྟོན། བདུད་ཀྱིས་ཇོ་མོ་ལ་ཟེར་ས། ཇོ་མོ་ལ་མི་དྲི་ཞིག་རག་པ།  
 ཅི་ཡི། ཇོ་མོ་ས་ཟེར་ས་པ། ལྷལ་པོ་ལ་མི་དྲི་ཞིག་ག་ནས་ཡོང་ཡིན།  
 ད་ལོ་བརྒྱ་དང་མི་རོ་བརྒྱ་དེ་ཉེ་རང་གིས་འཁུར་དེ་འདུག། ང་ལ་ད་ལོ་དང་མི་རོ་  
 ཞིག་ག་ནས་ཡོང་། བདུད་ཀྱིས་མེན་མེན་ཇོ་མོ། ནང་ནས་ངའི་དཔེ་ཆ་དེ་ཁྱོང་།  
 ངས་མོ་ཞིག་བཅུབ་ཡིན། དཔེ་ཆ་དེ་ལ་ཡོག་མ་བཅུང་བ། ལག་པ་གཡོན་པ་  
 ལ་མ་འཁུར་བ། ལག་པ་གཡས་པ་ལ་འཁུར་དེ་ཁྱོང་ཟེར་ས་པ། ཇོ་མོ་ནང་  
 ལ་མོང་ལྷེ། དཔེ་ཆ་ཀྱང་བའི་ཡོག་ལ་བཅུངས་དེ། ལག་པ་གཡོན་པ་ལ་



ལུང་ཏེཾ་ཕྱེ་བཏངས་པ། དེ་ནས་བདུད་ཀྱིས་མོ་བཏངས་པ། མེའི་ནང་  
 ནས་འདི་རྒྱག་པེང་། ས་དོང་གི་མཐིམ་ན་གླིང་ཀེ་སར་ཡོད། མགོའི་ཁ་བྱ་སྒྲ་  
 ཚང་གི་ཤོག་པ་ཡོད། དེའི་ཁ་ས་མོ་ཆེ་ཡོད། དེའི་ཁ་ཕུང་མོ་ཆེ་ཡོད། དེའི་  
 ཁ་རྩྱུད་མོ་ཆེ་ཡོད། དེའི་ཁ་ཟངས་མོ་ཆེ་བཀལ་དེ། ཟེ་ཅེས་སྒྲེལ་གྱི་  
 ཡོད་ཟེར་ས་དེ་པེང་། དེ་ནས་བདུད་ཡས་ཚན་ཞིག་སོང་ཕྱེ་ཆོ་མོ་ལ་ཟེར་ས་པ།  
 ཆོ་མོ་ལེ། དའི་མོ་དཔེའི་ནང་ནས་འདི་རྒྱག་ཅིག་པེང་སོང་། དེ་བདེན་བ་མེན་  
 འགྲོ་ཟེར་དེ། ཚང་མ་མེ་ལ་བཏངས་བཏངས་པ། ཆོ་མོས་མེའི་ནང་ནས་པེང་  
 རྒྱབ་བཏང་གིན་ཞིག། མེའི་མཐིམ་ལ་ཐེབ་བཏང་ཕྱེ། ཉུ་བུན་ཞིག་མེན་བ་ལུས་  
 མ་བཅུགས། ཡང་བདུད་ཀྱིས་ཆོ་མོ་ལ་ཟེར་ས་པ། ཆོ་མོ་ལེང་སྒྲེལ་གཉིད་ཁས་  
 པ་ལོག་ག། བྱ་གཉིད་དམ་དམ་ལོག་འདྲིས་པས། ཆོ་མོས་ཟེར་ས། རྒྱལ་  
 པོ་ལེ། དག་ས་རང་གི་ཁང་པ་ཡིན་ནོ།། སྒྲེལ་གཉིད་ཁས་པ་ལོག་ལེ།  
 བྱ་གཉིད་དམ་དམ་དེ་བཅས་ལ་ལོག་ཆོག། བདུད་ཀྱིས་བདེན་བདེན་ཟེར་དེ། སྒྲེལ་  
 གཉིད་ཁས་པ་ལོག་ཡིན་ཟེར་དེ་ལོག་ས། དེ་ནས་ཉིད་དེ་རྒྱུལ་ལ་སོང་ཕྱེ། དབྱགས་  
 བང་དུ་འཐེན་ཟན། ས་དོ་བ་ཅི་ཡོད་མཁན་ཚང་མ་སྒྲུ་ཁང་ལ་འཁྱུར་རད་ཚུག།  
 དབྱགས་མི་སྒྲུ་ལ་པིང་ཅ་ན། ཡང་ཚང་མ་པིང་ཕྱེ་ཁྱོད་ངད་ཚུག།

ཆོ་མོས་གཉིད་ལ་སོང་ཕྱེ་ཡིན་ནོག་བསམ་སྒྲེ། ཐོབ་གཤམས་ཆེས་མ་  
 ཆེས་བཏང་ཕྱེ་ཟངས་པོགས། རྒྱུད་བྱ་འཐེན་དེ། ས་མོ་ཆེ་ལུང་མོ་ཆེ་བྱ་ཕྱེ།  
 ས་དོང་གི་ནང་ནས། གླིང་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་པིང་ཕྱེ་ཁྱོད་ས། ཀེ་སར་ལ་བདུད་  
 མཐོང་ཕྱེ་འཛིགས་དེ་འདར་རད་ཚུག་པ། ཆོ་མོས་ཀེ་སར་འཛིགས་ཅེས་ཤེས་དེ།  
 ཀེ་སར་རི་ཐུར་བུ་ལ་ཞོན་དེ། བདུད་ཀྱི་གཞུགས་པོའི་ཁ་པིང་ཕྱེ། རྒྱན་ལ་བང་

གཅིག་ཐུང་ལ་བང་གཅིག་བཏངས་པ། དེ་ནས་ཀེ་སར་ལ་ནས་པ་སྒྲིལ། ཀེ་སར་  
 ཡང་ཐུང་རྩ་རྒྱང་གོད་དཀྱིལ་པ་ལ་ཞོན་ཏེ་བང་གཅིག་བཏངས་པ། བདུད་ཀྱིས་ཨ་  
 ར་ཚ། ཤིག་གིས་ཟར་ག་ཟེར་རིན་འདུགས། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་བདུད་ཀྱི་  
 གོང་ཙ་ནས་ཟུམ་སྒྲིལ་ཟེརས་པ། ལྷ་བདུད་ལན། དེ་ཁྱོད་རང་ངས་བསད་ཡིན་ཟེར་ཏེ།  
 རྩལ་པ་ཅན་གྱི་གྲུ་ལག་ལ་འཁར་ཏེ་ཡོད་ཚུགས་པ། བདུད་ཀྱིས་ཟེརས་པ།  
 ལྷ་ཁྱོད་སྒྲུ་ཡིན། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་ཟེརས། ང་ལྷ་འི་དབང་པོ་རྒྱལ་བཞིན་  
 ཡིན་ཟེརས་པ། འོ་ཁྱོད་ལག་ལ་ང་གི་ཅེས་མེན། ཀེ་སར་གྱིས་ཡང་ཟེརས་པ།  
 ང་བར་བཅན་གྱི་ཨ་ས་སྒྲུབས་བདུན་ཡིན་ཟེརས། བདུད་ཀྱིས་འོ་ཁྱོད་ལག་ལ་  
 ཡང་ང་མི་གི་ཟེརས། ཡང་ཀེ་སར་གྱིས། ང་རྒྱ་རྒྱལ་སྒྲོགས་པོ་ཡིན་ཟེརས།  
 འོ་ཁྱོད་ལག་ལ་ཡང་མི་གི་ཟེརས། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས། ང་སྤྱིང་རྒྱལ་ལྷ་ས་  
 ཀེ་སར་ཡིན་ཟེརས། བདུད་ཀྱིས་འོ་ཀེ་སར་ཡིན་ན། ཁྱོད་རང་འི་ལག་ལ་ང་གི་  
 ཐུག་ཅོད་ཡིན། ངའི་ལོ་ཁམས་མེ་ལ་ཡོད། ཁྱིད་ཀྱི་ལོ་ཁམས་རྩ་ལ་ཡོད།  
 མེ་ལ་ཅུ་ཞིག་ཁྲུག་ན་གི་བ་ཡིན། ངས་བསད་ཀེ་སར་མཁྱེན། ང་ཉི་རང་གི་  
 གཤེག་པོ་བཅོ་ཡིན། སྤྱིང་ཡུལ་དབྱར་ས་བཅོ་བ་མཛད། བདུད་ཡུལ་དགུན་ས་  
 ཅོས་ལེ། ང་ཉི་རང་གི་ཁྱི་ཇི་བཅོ་སྟེ་འདུག་ཡིན་ཀེ་སར་མཁྱེན་ཟེརས་པ།  
 ཀེ་སར་ལ་སྤྱིང་ཇི་ཅོར་ཏེ་ཐོ་ཅོ་མས་སྒྲིལ་པ། དེ་ནས་ཨ་ནི་བཀུར་དམན་མོ་སྒྲོད་  
 དེ་ཟེརས། ལྷ་བསམ་བ་མེད་མཁན་ནི་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ། བདུད་ས་བསད་ན།  
 ཉིད་ལ་གནད་པ་མེད་བ་པན་ཐོགས་མི་ཡོང། རྩལ་པ་ཅན་གྱི་གྲུ་དང་མཁྱོགས་  
 པ་སྤྱིང་ཤག་དགོས་ཟེརས་པ། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་བདེན་བསམ་སྟེ། རྩལ་པ་  
 ཅན་གྱི་གྲུ་མིང་སྟེ་བདུད་ཀྱི་སྤྱིང་ཁ་ཤགས། དེ་ནས་བདུད་གི། རོ་ལ་ཁོག་སྟོད་







# ESAR'S VICTORY OVER THE GIANT OF THE NORTH.

## ABSTRACT OF CONTENTS.

### 1.

After two or three years Kesar went to the cold valley to live there in a hermitage. He had been there for one year only, when the queen *Ane blur dmanmo* arrived there and told him not to sit in the hermitage any longer, but to go and fight the devil of the north. "This year," she said, "is a favourable year for Kesar, because Kesar's portion will be the element of water, and the devil's portion the element of fire; and water, will be able to quench the fire."<sup>1</sup> After seven days, *Ane blur dmanmo* came again to the door of the hermitage, and advised Kesar to go soon. "If you do not go, you will not remain in possession of the high hills of *gling*; if you go, with what success will you be able to subdue (press) the four continents with their eight corners!" Now Kesar arose, went to 'aBruguma and said: "Take the following articles out of the house, brush them three times, wash them three times in the depth of the sea, and bring an offering of sandalwood for each of them<sup>2</sup>: The saddle; the crupper studded with corals; the halter studded with pearls; the stirrups of pure gold; the saddle-cloth with a lotus-pattern; the cloth to cover the hind part of the horse, for which 180 (cows, rupees?) were paid; the bridle-bit of pure silver; the velvet cap; the silk suit; the red girdle-cloth; the beautiful shawl; the knife with a shell handle; the talisman shaped like kidneys; the sword 'stone-cutter'; the shield 'sky-coverer'; the steel tin-derbox; the powder-bag of Russian leather; the rifle from *Roug*; the quiver of such weight that eighteen men have to carry it.—'aBruguma had to work hard for eight days before she had carried everything out, and when she had finished, there was an earthquake."

<sup>1</sup> It is remarkable that according to the *Shih-ye* (Mémoires de la Société Finno-ougrienne, No. XV-2, p. 3.) *Ane blur dmanmo* comes to warn Kesar not to go; and that he goes in spite of her warnings, trusting in the efficacy of his religious merits.

<sup>2</sup> In Ladakh, the wood of pencil-cedar is often called sandal-wood.

Then 'aBruguma sings a song of sorrow, in which she mentions the articles and creatures, who either themselves or the glory of will go to the north. She asks who will act the part of comforters to those who have to stay behind.

*List of the creatures and other articles who either themselves or whose glory will go.*

- (1) ynam stod mthonpo, the high sky.
- (2) gangs stod mthonpo, the high glacier.
- (3) brag stod mthonpo, the high rock.
- (4) spang stod mthonpo, the high meadows.
- (5) mthsom stod mthonpo, the high lake.
- (6) thang stod mthonpo, the high plain.
- (7) lungpa chenmo, the great valley.
- (8) rtava shing nags thsal, the grass and forests.
- (9) rgyal lham Kesar, the godly King Kesar.
- (10) gling mkhar rtse dgu, the gLing castle with nine turrets.
- (11) rkyang rgod dbyerpa, the genuine wild kiang.
- (12) mdzo pho rkang dkar, the white-footed male Dzo.
- (13) rgya bong kha dkar, the white-mouthed chief ass.
- (14) rtsidbu skye dmar, the red-necked he-goat.
- (15) pho lags mgo yser, the yellow-headed ram.
- (16) khyi pho yser ling, the yellow hound.
- (17) bila nag chung, the little black cat.

*List of the creatures and other articles, who will sail on account of the other's departure.*

- (1) nyi zla ynyis, sun and moon.
- (2) sengge yyu ralcan, the lioness with the turquoise mane.
- (3) skyin chen ba rgan, the big ibex, the old ox.
- (4) 'abrong chen khampa, the big brown wild yak.
- (5) nyamo yser mig, the female fish 'golden eye.'
- (6) shangku mjug rdum, the bushy-tailed wolf.
- (7) wamo 'ajolli, the vixen clever in hiding.
- (8) bya dang byin, fowls and little birds.
- (9) jojo 'aBruguma, lady 'aBruguma.
- (10) rgodma thsalang, the grey-haired mare.
- (11) mdzomo ruyon, the female Dzo with crooked horns.
- (12) bongmo khampa, the brown she-goat.
- (13) rama dkarmo, the white she-goat.



namo khampa, the brown ewe.  
 shyimo ltom dkar, the bitch with a white belly.  
 bimo khrasug, the many-coloured she-cat.<sup>1</sup>  
 said in reply to 'aBruguma's song, that there would be little,  
 comfort to the wailing animals. This is a list of them :—  
 aprin togom zam zhig, a cloud of the size of a saddle-cloth.  
 tangs melong zam zhig, ice of the size of a mirror.  
 drag parpur, some little rock.  
 pang togom zam zhig, a meadow of the size of a saddle-  
 cloth.  
 chu mig kyal kyil, some wells here and there.  
 hangbu kyar kyir, a little plain.  
 ungpa sna khuug zam zhig, a valley of the size of nostrils.  
 serma par pur, a few thorns.  
 dmar lam bstan thepong, Agu 'Redworm, way-leader  
 thumb.'  
 pallo, Agu dPalle, the 'glorious one.'  
 a kerze zam zhig, a little foal of the size of a lentil.  
 phrag rama zam zhig, a Dzo-calf of the size of a goat.  
 bila zam zhig, a little donkey of the size of a cat.  
 sha ngon, the blue-mouthed kid.  
 tromo, the lamb called 'heat.'  
 (16) ung, the little particoloured dog.

(17) parts: the first part comprises Nos. 1-8 of the  
 9-17. The principal idea of the first part is,  
 ... will come to an end, and that  
 ate their meat and grease. The shepherds said, they had heard  
 King Kesar would come soon to fight the devil; could he not give  
 some news? He said that Kesar would certainly come soon, and  
 d his real self to the captives from gLing. They were pleased  
 their King and told him, that at present Bamzabumskyid was  
 in the castle, and that the tigers and leopards, placed before the  
 were not alive, but stuffed with straw.  
 ving before the castle, Kesar asked, "Who lives in this castle,  
 animals?  
 refer to the ice of the north, which often shows the figures of all



'aBruguma cried, and Kesar told her that he would have to go away for 108 years: his beard would grow, his hair would turn white and his back would become crooked! Being admonished once more *Ane bkur dmanmo*, Kesar rode off towards the north and met again with 'aBruguma, who had travelled by a different road. He allowed her to go with him, on the condition that she should guess this riddle: Which watchhills are: the white hill, the red hill, the black hill, the green hill, and the blue hill? 'aBruguma answered at once, that the white hill was *dBangpo rgyabzhin's*; the red hill, *Ama sKyabs bdun*; the black hill, *Klu rgyal l Jogpo's*, the green hill, *rGyalham Kesar's*; the blue hill, her own watchhill. Thus she was allowed to go with Kesar; but again *Ane bkur dman rgyalmo* appeared to him in a dream and ordered him to send 'aBruguma back; otherwise he would be unable to subdue the devil of the north. Therefore Kesar took the shape of a fish and swam to the middle of a lake, where he hid. He then took the shape of a monk, ascended the tree at the lake, and his face wrapped up. 'aBruguma, who could not find him anywhere, decided to go back. She was taken home by *bkur dmanmo* and a host of other goddesses.

Kesar came to a place where three valleys meet, and he had to go through a tunnel. As he was afraid, he had a ritual performed and prayed to the 360 gods; the 360 were nine gods and water-spirits who were born together. *Ker zong snyanpo*; the *kyabzhin*; *Ama sKyabs bdun*; and to *Kesar* to be served. He received a bright light and came out of the tunnel.

are considered. The second part of the song is that all male creatures (winter is not a suitable time for breeding on the whole), and that for this reason the female creatures will be wailing. In the Sheh-version the first part of this song occurs. According to it the creatures complain, not because the places will lose their glory, but (which is practically the same) because Kesar will leave the places. In the next fascicle it will be interesting to meet with a song, according to which, together with *rKyung rgod dbyerpa's* return to *gLang*, the animal life altogether wakes up again.

\* It is not impossible that there existed answers only for the second part of the song (9-17) originally; 9-17 may have been quite a separate song, and its principal idea may have been this: when the male animals leave the female ones, the latter have the comfort of new offspring in different stages of development. Later on, when the first part of the song was united with the second part, it was considered necessary to invent little ones for the different places.

by an arrow's length touches neither earth nor sky?"<sup>1</sup> Then said that he was a wanderer who for nine months had not seen any food, and no new clothes for nine years. *Banzabumskyid* told him to come to the gate, where he would receive some flour. *Banzabumskyid* replied that he was afraid of the watchmen before the four gates of white (east), blue (south), black (west), and yellow (north) colour.<sup>2</sup> *Banzabumskyid* said, she would speak to the watchmen, who were her mother, uncle, father and son. However, when Kesar went near, the gates were still locked up. He then sang a song saying, "If there is anything in the world which deserves to be called white, it is *Bruguma's* teeth and nails; and if there is anything which deserves to be called black, it is *'aBruguma's* hair and eyebrows. Such a beautiful lady I left in order to make the acquaintance of lady *Banzabumskyid*. I am King Kesar himself." When the *Dzemo* heard this, she was greatly pleased, opened the door, and both lived in the castle in happiness.

## 3.

After some time they heard a terrible noise, which was ever increasing. It was caused by the devil, who was approaching the castle. The *Dzemo* proposed to hide Kesar in a pit, but did not know how to dig it. Kesar produced ten hand-brothers and all the brothers formed ten men out of them, and they all digged a deep hole in the ground.<sup>3</sup> When it was completed, Kesar descended into it and received food, blankets and provisions to keep him alive for a month. Then a roof was built, and a pot placed on it, in which some food was cooked for the devil.

The devil arrived and smelt at once that a man had come. The *Dzemo* said that ~~she~~ *this* was impossible, and that he was smelling the corpses of 100 men and horses, which he was carrying on his shoulders. He wished to hear what the magic book would tell him, and ordered the *Dzemo* to bring it, not treading on it, carrying it in her right hand. She did exactly the opposite. Out of the book a voice was heard, saying that Kesar had arrived and was sitting in a pit with a roof of feathers, manure and earth above him, and a kettle

<sup>1</sup> This description of the castle is probably borrowed from the description of the castle of sun, moon and stars (*bya rigs*). Compare fasc. No. III.

<sup>2</sup> This system of colours was apparently suggested by that of the *Lokapālas*. Compare Grünwedel, *Mythologie des Buddhismus*, S. 181. For the west, a wrong colour is given here; instead of 'black' there ought to be 'red.'

<sup>3</sup> According to the *Sheh*-version it is the *Dzemo*, who produces the workmen to dig the pit.



with boiling food on the top. The devil thought that all this was not be possible, and threw the book into the fire. The *Dzemo*, feigning to take it out again, pushed it in even further. Then the devil asked whether he had better sleep lightly or soundly, and the *Dzemo* advised him to sleep fast, because he was in his own house. He went to sleep at once. When taking in the breath, all the stones and ear round about came flying into his nostrils; when blowing out his breath they were turned out again.

When the devil was fast asleep, Kesar left the pit. Seeing the devil he trembled from fear, but the *Dzemo*, to encourage him, rode about on the devil's body. Then Kesar, mounting *rKyang rgod dbyerpa*, rode about on him also, and the devil complained of the many lice, which were bothering him, as he believed. Now Kesar advanced to kill the devil with the poisoned knife. He pretended to be *dBangpa rgyabzhin*, mother *sKyabs bdun* and *Wogpo*.<sup>1</sup> The devil did not mind them all, and awoke only when he was told that King Kesar had arrived to kill him. He implored Kesar to spare his life. "I shall be your servant and will give you my warm land wherein you may live in winter." Kesar felt inclined to spare his life, but was admonished to kill the devil by *Ane bkur dmanmo*. He was then killed with the poisoned knife,<sup>2</sup> and cut into halves. The upper half was placed in an ordinary grave, the lower half in a Musulman grave.

*Bamsabumskyid* gave Kesar the food and drink of forgetfulness, and both remained in the castle, playing at dice; Kesar's horse was treated badly, and had to do hard work. To Kesar and the *Dzemo* a little girl was born. Kesar forgot the *gling* land entirely.

<sup>1</sup> According to the Sheh-version, Kesar pretended to be son of the *Agus*.

<sup>2</sup> According to the Sheh-version, the nine lives of the devil have to be killed separately.



VOCABULARY AND COMMENTS.

1.

འདི་ཅིག་གི་ལོ། 'adi ciggi lo, or dalo, this year.

ལོ་ཁམས། lo khams, th<sup>o</sup>, omens of a year.

ཁྱེད་པ་ལག་རིངས། khyabpa lagrings, 'coverer, long-hand,' name of the devil *Curulugu*. In the original MS. *khyaba* is written, but explained to mean *khyabpa*.

ནང་མོ། nangmo, next year.

མཚས་པ་བཅད་བཏང་ཅས། mthsams bcad btangco, the same as *mthsams yodpa*, sit in a hermitage.

ཞིབ་ཆ། zhibco, = zhibco, accurate, minutely.

ང་རི། ngari, = ngarangngi, my.

སངས་ཤུག། sangs shug, offering of pencil-cedar, instead of sandal-wood.

མགོ་ཐུར། mgo thur, halter, respectful term; the ordinary word for 'halter' is *thur mgo*.

དོ་སྒོམ། to sgom, or togom, a felt which is placed between the wooden saddle and the back of the horse, a saddlecloth.

ཞུར་ལེ། shurle, a cloth to cover a horse from the shoulders to the tail.

ཁ་སྒམས། kha srabs, srab, bridle (head-harness) of a horse.

མག་མལ། magmal, velvet; Urdu makmal.

དར་ཡུག། *dar yug*, in Ladakh the name of a silk dress, worn for instance by the *nyopa*.

པད་ཀ། *padka*, red linen.

འབན་དུམ། 'abandum, probably *bandum*; said to mean 'beautiful'.

ཙ་དར། *tsadar*, a shawl, worn over the shoulders when dancing.

ཡོབ། *yoba*, handle [of a knife].

པི་ཅག། *picag*, knife.

ཀག། *kagu*, amulet; perhaps *bkāgu*, a 'little word.'

འཁྱེད་མ། 'akhyedma, comprising.

ཏི་ཤི་ལི། *tishili*, a good kind of steel.

ཅ་མག། *camag*, fire-steel.

བོར་གར། *borgar*, or *bolgar*, or *bulhar*, Russian leather.

སྤུན་ཅམ། *zman rcas*, = *zman chas*, powder-bag.

རོང་ཡུལ། *rong yul*, Upper Ladakh; the rifles of this district used to be famous.

མཚོ་ས་སྡོད། *mthso 'stod*, = *mthso 'stod*, the high lake, the centre of the lake.

ལྷ་མོ་འབྱོལ་ལི། *wamo 'abyolli*, the vixen who is clever in 'hiding'; 'abyolli' is probably related to 'abyolla.

ལྷེ་མ་ལྷེ་གྱི་ལྷེ་མ་ཁར། *ldem ldemgyi ldem mkhar*, seems to mean 'the shaky castle.' The stores of *g-Zing* are kept in it.

པོ་ལགས། *pholags*, a ram.

ལྷོ་མ་དཀར། *ltom dkar*, = *ltoba dkarmo*, white stomach, white belly.

རྟོག་མ། *togom*, see to *sgom*.

ལྷུང་སྟེང་ལ། *shugs nyidla*, its very place, instead of.

བྱ་ཤོག་ཐོག། *bya shog thog*, birds 'with wings on the top'; name of all birds.

ཐོ་ཕོང། *the phong*, = *the pho*, thumb.

ཀེར་ཟེ། *kerze*, lentil.

ལཱིར་ར། *latirra*, weasel, the same as *sremio*.

## 2.

སྦང་ར། *smang ra*, = *smang skva*, Lexicon *sma ra*, beard.

ཁར་ཁོར། *khar khor*, a little [beard].

ཐར་ཐོར། *thar thor*, a little; in this connection: there will be a little white in my hair.

སྒར་སྒུར། *sgara sgure*, bent down by age.

སྐར། *skor*, the cycle of the twelve years; *dgu skor* =  $9 \times 12 = 108$  years.

ཁོན་དེ། *noute*, pressing; here in the sense of 'exceeding,' exceeding 108 years.

འདོན་རྩ། *'adontang*, perhaps *'adon btang*, meal.

བུ་བྱ། *budra*, tree.

འཐོན་ཅས། *'athoncas*, here in the sense of 'being ready'; when the food leaves the kettle, it is ready cooked.

རྟོག་བཅད་ཅས། *rjes beadeas*, search by looking after the tracks.



མནཱ་པ། *mantal*, = *མཇུག* circle of offerings.

རྩམ་འབྱུང། *rdzum 'aphrul*, = *rdzu 'aphrul*, magical illusion.

སྒྲང་ང། *snangnga*, = *myangan* (?); *snangnga skyocas*, be sad.

དྲ་ཐ། *dāru*, a small drum, used for expelling demons.

ས་སྐྱམ། *sa snam*, frontier.

གྱངས་ཅས། *rgyangscas*, to fill; probably a causative form of *kyangcas*, be full.

སྟོག་ལ་ཕངས་པ་ཚོར་ཅས། *srogla phangspa thsorcas*, be sorry for losing his own life.

འཁུར་རེ། *'akhurre*, = *'akhurte*, carrying.

བཤིག་པ་རིག་ཡོང། *bshigpa rig yong*, come as a destroyer.

ཆིག་ཆིག། *chig chig*, a little; (shaking a little).

ཁ་གྱུར་ཅས། *kha gyurcas*, turn the mouth, i.e., return.

མི་ཐ། *micu*, the bones of the hands, fingers, toes and feet.

སྒྲ་སྟོགས། *sna sogz*, = *sna thsogs*, different.

སྤུབ་ཅས། *spubcas*, causative of *'abubspa*, put on a roof.

ས་སྟེ་ཆེ། *samoche*, much earth; *ludmo che*, much dung, etc.

ཡོག་བཏང་ཅས། *yog blangcas*, put underneath.

སྟོལ་གཉིད་ཁམས་པ། *srol ynyid khampa*, healthy sleep in ordinary fashion. Instead of *srol*, the Sheh-version has *sro*; *srol* is probably the original form. Lad. Grammar, Laws of Sound, No. 4.

དམ་དུས། *tam tum*, a little [sleep]; Sheh-version has *tum tum*.

བེས་ལ། *besla*, = *byesla*, on the journey.

ཐོབ། *thoba*, skirt [of a garment].

གཡས་རྩེས་ས་རྩེས་བདང་ཅས། *gyas rdzes na rdzes btangcas*, to gird up [a coat].

པོག་ཅས། *pogcas*, take off (a pot from the fire).

རླུང་པ་ཅན། *rdugpacan*, poisonous. That the word, *dug*, poison, presupposes a prefix in Lower Ladakh, is made probable not only by this form, but also by the other form *tug*; the change of the *d* to *t* presupposes the work of a prefix.

ཤི་བ་ཡིན། *shiba yin*, here in the sense of *shicas yin*, I am to die.

ཐོ་ཚོས་ས། *the thsoms*, = *the thsom*, doubt.

ཤག་ཅས། *shagcas*, = *bcagcas*, cut, break.

ལང་གར། *langgar*, tomb (of Mohamedan Tibetans).

བརྟུག་ཅས། *btugcas* = *bdugcas*, see ante.

རྩོག་ཚོང། *rdog chong*, kick with the foot.

མུལ་ཁྲུག། *mul khrug*, beat with the fist, box; the Sheb-version has *mul thug*.

དེ་ནས་ཉོར་ཡུལ་ལ་ཉོར་བ་ཉལ་མེ་རྒྱལ་པོ་ལ་མདུན་མ་མེད་བ།  
 ཡུལ་ཚང་མ་ལ་མེད་བ། ཡང་ག་ཡུལ་ལ་འདུག་མཁུ་ཅེས་ལ་པོ་རོག་འབྲང་ཤེས་  
 གཉིས་ཀ་བཏང་སྟེ། ལོ་མང་པོ་སོང་སྟེ་ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་ཀེ་སར་གླིང་ཡུལ་  
 ལ་མེད་ཅེས་ཚར་དེ། ཉོར་གྱིས་ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གུ་མ་འཁྲིང་ཅེས་ལ་དམག་འཁྲིར་  
 ཡིན་ཟེར་དེ། གཤམ་བཙེ་སྟེ་ཁྲིངས། གླིང་ཡུལ་ལ་དབའ་པོ་ཚང་མ་གང་གི་  
 བྱང་པའི་ནང་དུ་ཡིངས་བཏང་གིན་ཞིག། གཡངས་པ་ལ་སོང་སྟེ་མེད་ཚུག།  
 ཨ་གུ་ཁྲའི་མགོ་ཁྲའི་ཐུང་མེས་མེས་མེས་མེས་མཁར་ནང་ཡོད་ཚུག། ཁྲའི་ཐུང་  
 གིས་དེ་པོ་གཉིས་གོན་དེ། ཁྲི་ལ་ཁྲོག་དམར་གཉིས་བཏག་སྟེ་ཡོད་ཚུག། དེ་ཅི་  
 ཡིན་ཟེར་ན། ཀེ་སར་བདུན་ཡུལ་ལ་སྟོར་དེ་མེད་པ་སང། གླིང་ཡུལ་ལི་དཔོན་  
 པོང་རང་ཡིན་བསམ་སྟེ་ཡིན་ནོག། དེ་ནས་ཞག་ཅིག་ལ་ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གུ་མ་ལ་སྟི་  
 ལས་ངན་པ་ཁ་རྒྱང་མཐོང་བས། ཨ་བོ་མོན་ཁན་མོ་ཁྲིང་སྟེ། ཨ་བོ་འི་མདུན་  
 ལ་ཇོ་ཇོས་སྟི་ལས་བཤད་དེ་གྲུ་འདི་རྩར།



འདི་ཨ་མེས་དངོས་ཤིག་ལ་ཉན་ལོ།

ཨ་མི་མོན་ཁན་མོས་བདག་ལ་གསན་ལོ།

འདི་རིང་ཞག་ངན་གྱི་སྟི་ལས་པོ་ངན་པ་རིག་མཐོང་ལོ།

འདི་རིང་མཚན་ངན་གྱི་སྟི་ལས་པོ་རྩོག་པོ་རིག་མཐོང་ལོ།

སྤྲིང་གི་སྤྲིང་སྟོད་ན་ཅུ་ཆེན་ཞིག་བྱུག་པ་རང་མཐོང་ལོ།

ཅུ་འི་ཅུ་སྒྲུ་ལ་ཇོ་ཇོ་ང་རང་ཁྱེར་བ་རིག་མཐོང་ལོ།

ཅུ་འི་ཅུ་དཀྱིལ་ལ་འབྱ་དམར་ལས་བསྟན་མཆོངས་པ་རིག་མཐོང་ལོ།

ཅུ་འི་ཅུ་ཤུལ་ལ་རྒྱལ་རྩམ་ཀེ་སར་བསྐྱེབ་པ་མཐོང་ལོ།

སྤྲིང་གི་སྤྲིང་སྟོད་ལ་མེ་ཆེན་ཞིག་འབར་བ་མཐོང་ལོ།

མེ་འི་མེ་སྒྲུ་ལ་ཇོ་ཇོ་ང་རང་འདུགས་པ་མཐོང་ལོ།

མེ་འི་མེ་དཀྱིལ་ལ་འབྱ་དམར་ལས་བསྟན་མཆོངས་པ་རིག་མཐོང་ལོ།

མེ་འི་མེ་ཤུལ་ལ་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་བསྐྱེབ་པ་མཐོང་ལོ།

སྤྲིང་མཁའ་རྩེ་དགུ་ཤལ་ས་ལ་འབྱུར་བ་མཐོང་ལོ།

ཇོ་ཇོ་ང་རང་ཉོར་གྱིས་ཁྱེར་བ་ཞིག་མཐོང་ལོ།

འབྱ་དམར་ལས་བསྟན་ཉོར་གྱིས་བསད་པ་མཐོང་ལོ།

སྤྲིང་གི་ཤ་སྟིང་ཉོར་གྱིས་ཟ་ལ་མཐོང་ལོ།

སྤྲིང་གི་སར་སྟིང་ཚང་མ་ཉོར་གྱིས་ཟ་ལ་མཐོང་ལོ།

ཨ་མི་ཉེ་རང་གིས་མོ་ཞིག་དྲོབ་ལོ།

ཨ་མི་མོན་ཁན་མོས་མོ་ཞིག་དྲོབ་ལོ།

ཀུན་ནི་མོ་སྟན་ལ་པད་ཅོ་ཡོང་ཆེན་ལོ།

ངའི་མོ་སྟན་ལ་གོ་ཤེན་དར་ཡུག་བཏང་ཡིན།  
 ཀུན་ནི་མོ་དེ་ལ་དེ་དཀར་དེ་ནག་ཡོང་ཆེན་ལོ།  
 ངའི་མོ་དེ་ལ་སྤྱི་ཤེས་དང་གཡུའི་མོ་དེ་བཏང་ཡིན་ལོ།  
 མོ་བཟང་པོ་བཏབ་ན་ངན་པ་ཅི་དགོས་བཏང་ཡིན་ལོ།  
 མོ་ངན་པ་བཏབ་ན་རིན་ཅན་སྟོག་ལ་ཆད་པ་ཡིན་ལོ།

དེ་ནས་ཨ་བིས་མོ་བཏབས་པ། རྩོམ་པ་སྟོང་མཁན་ནང་  
 ལྟར་མའི་ནང་ནས་བེང་སོང་བས། ཨ་བིས་རྩོམ་པ་ཟེར་ས། རྩོམ་པ་མའི་  
 ནང་ན་མ་བཟང་པོ་ཡང་མེད། མ་ངན་པ་ཡང་མི་འདུག། འབར་ཆོད་ཅིག་བེང་  
 འདུག་ཟེར་ས། ཨ་བི་ཁོ་རང་གི་ཁང་པ་ལ་སོང་།

## No. 2.

དེ་ནས་རྒྱ་ལྷན་མོ་རྒྱ་ལ་སོང་བས། རྒྱ་ལྷན་མ་རྒྱའི་མཐའ་མ་ལ་  
 བསྐྱབ་སོང་། རྒྱའི་པར་ཁ་ལ་ཉོར་གྱི་དམག་སྟེན་ལ་ཤན་ཀྱ་མི་བུ་ཟེར་མཁན་དེ་  
 བསྐྱབ་སྟེ་ཡོད་ཚུགས། དེ་ནས་ཤན་ཀྱ་མི་བུ་ས་རྒྱ་ལྷན་མ་ལ་གདམ་ལན་ལ་  
 ཐུ་ཞིག་།

རྒྱའི་པར་ཁ་བུ་ཡོད་པའི་ཨ་ཆེ་རྒྱ་ལྷན་མས་དངོས་ལ་ཉོན་དང་།  
 རྒྱས་མཆོད་པར་ཁ་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱ་ལྷན་མས་བདག་ལ་གསན།  
 མཁར་བརྟན་པོའི་སྐང་ལ་ཅི་ཞིག་ཟེར་ཅན་ལོ།  
 མི་དཔའ་བོའི་སྐང་ལ་ཅི་ཞིག་ཟེར་ཅན་ལོ།  
 ཏ་མགོགས་པའི་སྐང་ལ་ཅི་ཞིག་ཟེར་ཅན་ལོ།

ཁྱི་ཚན་དེའི་སིང་ལ་ཅི་ཞིག་ཟེར་ཅན་ལོ།  
 རྩོ་རྩོ་མཛེངས་མའི་སིང་ལ་ཅི་ཞིག་ཟེར་ཅན་ལོ།  
 བས་ལྷའི་སིང་ལ་ཅི་ཞིག་ཟེར་ཅན་ལོ།  
 མས་ལྷའི་སིང་ལ་ཅི་ཞིག་ཟེར་ཅན་ལོ།  
 རལ་གྱི་རྟོན་པོའི་སིང་ལ་ཅི་ཟེར་ཅན་ལོ།  
 མདའ་མགྲོགས་པའི་སིང་ལ་ཅི་ཟེར་ཅན་ལོ།  
 མདུང་རིང་མོའི་སིང་ལ་ཅི་ཟེར་ཅན་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ་སང། རྩ་འབྲུས་མས་ཅང་མ་ཟེར་བ། རྩ་འཁྲར་དེ་  
 མཁར་ལ་སོང་བ། མཁར་ལ་བསང་རྩ་འཁྲར་དེ། རྩོ་རྩོ་ཁོ་ལ་ཁ་སྐྱེ་སྐྱེ་ཟེར་ས།  
 ཁྱོ་རང་གིས་རྩ་འཁྲར་བཅུགས། གཏམ་གསུམ་ཟེར་མི་བཅུག། གོས་གསུམ་  
 གྱུ་བ་མི་བཅུག་ཟེར་ས་བ། རྩ་འབྲུས་མས། རྩོ་རྩོ་ལེ། གོས་གསུམ་མི་གྱུ་བ་ལེ།  
 གཏམ་གསུམ་ལྷ་བཅུག་ཟེར་ས་བ། རྩོ་རྩོ་གཏམ་གསུམ་ཟེར་ན་ཡང་འགྲིག་  
 ཟེར་ས། དེ་ནས་རྩ་འབྲུས་མས་ལྷས། ང་རྩའི་མཐའ་མ་ལ་བསྐྱེབ། དེའི་པར་  
 ཁ་ལ་མི་ཞིག་ཡོང་སྟེ་འདུག། ཁོས་མཁར་གྱི་སིང་དང་མིའི་སིང་ཆང་མ་འདྲི་  
 རུག་བ། དེའི་གཏམ་ལ་ཉན་དེ་ཅ་བེག་འཁོར་སོང་ལྷས་བ། དེ་ནས་རྩོ་རྩོ་རྩ་  
 འབྲུས་མའི་གོས་ཆང་མ་གོན་དེ། རྩ་ཀར་འཁྲར་དེ་ལྷ་ལ་སོང་བས། དེ་མི་དེ་  
 རུ་ཡོད་ཚུག། ཡང་ཁོས་རྩ་འབྲུས་མ་ལ་གཏམ་ལན་ལ་གྲུ་ཞིག་བཏང་ས།

བླ་རྩའི་མཐའ་མའི་རྩ་འབྲུས་མས་ཉོན་དང།  
 མྱིང་མཁར་གྱི་རྩ་འབྲུས་མས་གསན་དང།



བྱོད་ཀྱི་སྐུ་ཁྲ་བཅུན་པོ་འི་སྐང་ལ་ཅི་ཟེར་ཅན།

བྱོད་ཀྱི་སྐ་དཔའ་བོ་འི་སྐང་ལ་ཅི་ཟེར་ཅན།

བྱོད་ཀྱི་དྲ་སྐྱོགས་པའི་སྐང་ལ་ཅི་ཟེར་ཅན།

བྱོད་ཀྱི་བྱི་ཚན་ཏེའི་སྐང་ལ་ཅི་ཞིག་ཟེར་ཅན།

བྱོད་ཀྱི་ཇོ་ཇོ་སེངས་པའི་སྐང་ལ་ཅི་ཟེར་ཅན།

བྱོད་ཀྱི་པས་རྩའི་སྐང་ལ་ཅི་ཞིག་ཟེར་ཅན།

བྱོད་ཀྱི་སས་རྩའི་སྐང་ལ་ཅི་ཞིག་ཟེར་ཅན།

རལ་གྱི་རྩྭ་པོ་འི་སྐང་ལ་ཅི་ཟེར་ཅན།

སདའ་སྐྱོགས་པའི་སྐང་ལ་ཅི་ཟེར་ཅན།

སདའ་རིང་མོ་འི་སྐང་ལ་ཅི་ཟེར་ཅན།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ་སང། ཇོ་ཇོས་ཁོ་ལ་གདས་ལན་དུ་བྱུ་ཞིག།

ཅུའི་པར་ཁའི་སྐ་དཔའ་དངོས་ལ་ཉྑན་དང།

གྱུས་ཚའི་པར་ཁའི་སྐ་བྱོད་དངོས་ལ་ཉྑན།

སྐུ་ཁྲ་བཅུན་པའི་དོན་དེ་བྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་དགོས།

སྐ་དཔའ་བོ་འི་དོན་དེ་བྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་དགོས།

ཇོ་ཇོ་སེངས་པའི་དོན་ཁེད་ལ་ཅི་ཞིག་དགོས།

དྲ་སྐྱོགས་པའི་དོན་དེ་བྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་དགོས།

བྱི་ཚན་ཏེའི་དོན་དེ་བྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་དགོས།

པས་རྩའི་དོན་དེ་བྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་དགོས།

སས་རྩའི་དོན་དེ་བྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་དགོས།

རལ་གྱི་རྟོན་པོ་འདི་དོན་བྱེད་ལ་ཅི་ཞིག་དགོས།  
 མདའ་མགྲོགས་པའི་དོན་བྱེད་ལ་ཅི་ཞིག་དགོས།  
 མདུ་རིང་མོ་འདི་དོན་དེ་བྱེད་ལ་ཅི་ཞིག་དགོས།  
 དེ་ནམས་བྱེད་ལ་དགོས་ནངས་བཤད་རྒྱ་ཡིན།  
 སྟོན་མ་མཁར་བཅན་པའི་སིང་ལ་གླིང་མཁར་ཅེ་དག་ཟེར་ཅན།  
 དག་ས་མཁར་བཅན་པའི་སིང་ལ་ལྷེས་ལྷེས་སི་ལྷེས་མཁར་ཟེར་ཅན།  
 སྟོན་མ་སི་དཔའ་བོ་འདི་སིང་ལ་རྒྱལ་ལྷ་ས་ཀུ་སར་ཟེར་ཅན།  
 དག་སའི་སི་དཔའ་བོ་འདི་སིང་ལ་འབྲུ་དམར་ལས་བཟུན་ཟེར་ཅན།  
 སྟོན་མ་དྲ་མགྲོགས་པའི་སིང་ལ་རྒྱུང་གོད་དབྱེར་པ་ཟེར་ཅན།  
 དག་ས་དྲ་མགྲོགས་པའི་སིང་ལ་སྟོ་རོག་པོན་པོན་ཟེར་ཅན།  
 སྟོན་མ་བྱི་ཚན་ཏེ་འདི་སིང་ལ་བྱི་མོ་གསེར་གླིང་ཟེར་ཅན།  
 དག་སའི་བྱི་ཚན་ཏེ་འདི་སིང་ལ་བྱི་མོ་ལྷོས་དཀར་མོ་ཟེར་ཅན།  
 སྟོན་མ་ཆོ་ཆོ་མཛངས་མའི་སིང་ལ་ཆོ་ཆོ་འབྲུ་གུ་མ་ཟེར་ཅན།  
 དག་སའི་ཆོ་ཆོ་མཛངས་མའི་སིང་ལ་དཔལ་མའི་ཨ་སྟག་ཟེར་ཅན།  
 སྟོན་མ་པས་ལྷའི་སིང་ལ་ཀེར་ཆོང་སྟན་པོ་ཞུ་ཅན།  
 དག་སའི་པས་ལྷའི་སིང་ལ་པས་ལྷ་རབ་ལྷ་ཞུ་ཅན།  
 སྟོན་མ་མས་ལྷའི་སིང་ལ་བཀུར་དམན་རྒྱལ་མོ་ཞུ་ཅན།  
 དག་སའི་མས་ལྷའི་སིང་ལ་བྲག་ལྷ་རྒྱལ་མོ་ཞུ་ཅན།  
 སྟོན་མ་རལ་གྱི་རྟོན་པོ་འདི་སིང་ལ་དོ་བ་ཆོད་མ་ཟེར་ཅན།  
 དག་ས་རལ་གྱི་རྟོན་པོ་འདི་སིང་ལ་མིག་སི་དི་རལ་གྱི་ཟེར་ཅན།

སྒྲིན་ས་སདཔ་སཤྱོགས་པོ་འི་མིང་ལ་སདཔ་སོགས་ས་སདཔ་སུག་རིངས།  
 དག་ས་སདཔ་སཤྱོགས་པོ་འི་མིང་ལ་སདཔ་དཀར་པོ་འི་ལས་བཟུན།

དེ་ཟུག་ཟེར་དེན། རོ་རོ་སཁར་ལ་ལོག་ཏུ་ཡོངས། རྟོར་གྱི་ཤན་ཀྱ་  
 མི་ཅུ་ལོག་ཏུ་རྟོར་གྱི་དམག་རང་ལ་སོང་།

དེ་ནས་ཁྲིང་གི་དཔལ་བོ་ཚང་ཀ་ལ་རྟོར་གྱིས་དམག་འབྱོར་ཅེས་ཚར་དེ།  
 གཤམ་གྱི་གཤམ་པེས་པས། དཔལ་བོ་ཚང་མས་རང་གིས་མེ་རེ་ཕུ་ཏུ་དགས་  
 བཅོ་ཏུ་ཟེརས། ང་དང་ཚང་མ་རྟོར་གྱི་དམག་ལ་ལྷ་སྒྲོར་ལ་ཆེན། ང་དང་སྤྱ་  
 ཤིན། འདིའི་མེ་ཡང་གི་ཡིན། སྤྱ་གསོན་དེ་ལུས་ན། འདིའི་མེ་ཡང་མ་གྱི་  
 བ་ལུས་ཡིན་ཟེར་དེ། ཁྲིང་ཚང་མ་སོང་། དེ་ནས་ཁྲིང་རྟོར་གྱི་དམག་བྱང་དང་  
 ཉེ་མོ་ལ་བསྐྱེད་ཏུ་བལྟས་པ། རྟོར་གྱི་དྲ་ཚང་མ་རྒྱལ་བ་མཐོང་ཏུ། མཚན་ལ་ཁྲིང་  
 དྲ་རྒྱལ་ལ་སོང་ཏུ། རྟོར་གྱི་དྲ་ཚང་མ་རྒྱས་དེ་བྱོངས། འབྲུ་དམར་ལས་བཟུན་  
 ཕུ་གུ་ཡོད་པའི་ཕྱི་ལ། དཔལ་བོ་ཚང་མ་ལ་མ་ནོན་བ། རྟོར་ན་རྟོར་གྱི་བྱང་ས་  
 ཅ་བསྐྱེད། དྲ་ཚང་མ་འབྱིར་ཚར་དེ་མེད་ཚུག། དེ་ཅ་དྲ་རྒྱུ་གསུམ་གཞིག་  
 ཡོད་ཚུག། ཁྲིང་བསམ། འདི་བོ་འབྱིར་ན། ཞེ་བོ་ཞིག་འདུག་བསམ་མིན་  
 ཞིག་འདུག་སམ། དེ་ཚུག་པ་གནས་ལངས་སོང་། དེ་ནས་ཁྲིང་རིབ་ཤིང་ཞིག་  
 མགོ་ལ་གོན་དེ་འདུག་སམ། གནས་ལངས་པ་དང་། རྟོར་ཚང་མ་ལ་དྲ་མེད་པས།  
 ཉི་ལིང་སོང་། དེ་ནས་ཁྲིང་བལྟ་ཏུ་འདུག་སམ། སྒྲིན་ལ་གུར་དཀར་རྒྱལ་བོ་ལ་  
 མདུན་ས་གར་འདུག་ཏུ་ཅེས་ལ་པོ་རོག་འབྱང་གིས་གཉིས་ཀ་དེ་ཅུ་བསྐྱེད་ཏུ།  
 གུར་དཀར་གྱི་གུར་གྱི་མགོ་ལ་བེང་ཏུ་ཁྲིང་ཞིག་བཏང་ངོ་།



སོ་རོག་ང་ཕྱིང་ཕྱོགས་རྩ་ཡུལ་ལ་བསྐྱེབ་ལོ།  
 ལྷའི་དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་ལ་བྱ་མོ་གསུམ་འདུག་ལོ།  
 བྱ་མོ་གཅིག་ནི་ཉན་དང་ཞིག་འདུག་ལོ།  
 བྱ་མོ་གཅིག་ནི་ཉར་བ་འདུག་ལོ།  
 བྱ་མོ་གཅིག་ནི་རྒྱད་ཅིག་འདུག་ལོ།  
 ཏ་ལ་ཟ་བའི་རྩ་ཡང་མི་འདུག་ལོ།  
 མི་ལ་ཟ་བའི་ཟན་ཡང་མི་འདུག་ལོ།  
 ལམ་འཕང་རྒྱ་གསུམ་རྩོག་པོ་རང་འདུག་ལོ།  
 ག་ཟེས་ཀྱི་རུས་པ་པོ་རོག་ང་ལ་ཡང་མ་ཐོབ།  
 ཁང་འཕུངས་ཀྱི་སྤང་མ་པོ་རོག་ང་ལ་ཡང་མ་ཐོབ་ལོ།  
 སོ་རོག་ང་འོག་ཕྱོགས་རྩ་ཡུལ་ལ་ཡང་བསྐྱེབ་ལོ།  
 རྒྱ་རྒྱལ་ལྗོགས་པོ་ལ་བྱ་མོ་གསུམ་འདུག་ལོ།  
 བྱ་མོ་གཅིག་ནི་ཀང་ཉ་རིག་འདུག་ལོ།  
 བྱ་མོ་གཅིག་ནི་ལག་ཉ་རིག་འདུག་ལོ།  
 བྱ་མོ་གཅིག་ནི་གོད་པ་ཆེན་མོ་ཞིག་འདུག་ལོ།  
 ཏ་ལ་ཟ་བའི་རྩ་ཡང་མི་འདུག་ལོ།  
 མི་ལ་ཟ་བའི་ཟན་ཡང་མི་འདུག་ལོ།  
 ལམ་འཕང་རྒྱ་གསུམ་རྩོག་པོ་རིག་འདུག།  
 ག་ཟེས་ཀྱི་རུས་པ་པོ་རོག་ང་ལ་ཡང་མ་ཐོབ།  
 ཁང་འཕུངས་ཀྱི་སྤང་མ་པོ་རོག་ང་ལ་ཡང་མ་ཐོབ།

སྔ་རྒྱུ་ལ་ལ་བཅན་ཡུལ་ལ་བསྐྱེད་སོང་།  
 ཡ་མ་སྐྱབ་བདུན་མ་ལ་བྱ་མོ་གསུམ་ཟམ་འདུག་ལོ།  
 བྱ་མོ་གཅིག་ནི་སྐྱ་ཡོན་ཞིག་འདུག་ལོ།  
 བྱ་མོ་གཅིག་ནི་སྐྱ་མེད་ཅིག་འདུག་ལོ།  
 བྱ་མོ་གཅིག་ནི་འཛིང་རིངས་ཤིག་འདུག་ལོ།  
 ལམ་འགྲང་ཆུ་གསུམ་དེ་ཚོ་ག་པོ་ཞིག་འདུག་ལོ།  
 དྲ་ལ་ཟ་བའི་རྩ་ཡང་མི་འདུག་ལོ།  
 མི་ལ་ཟ་བའི་ཟན་ཡང་མི་འདུག་ལོ།  
 ག་ཟེས་ཀྱི་རུས་པ་མོ་རྒྱུ་ལ་ཡང་མ་ཐོབ།  
 ཆང་འཕུངས་ཀྱི་སྤང་མ་མོ་རྒྱུ་ལ་ཡང་མ་ཐོབ།  
 སྔ་རྒྱུ་ལ་ཁྱིའི་མཁར་ཕྱོད་ལ་ཡང་བསྐྱེད་ལོ།  
 ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གུ་མ་གསེར་ཁྱིའི་ཁ་འདུག་ལོ།  
 ཁྱིའི་ཕྱོད་གསེར་ལ་ཞངས་མཁན་ཞིག་འདུག་ལོ།  
 ཁྱིའི་སྐྱེད་གཡུ་ལ་ཞངས་མཁན་ཞིག་འདུག་ལོ།  
 དབྲ་སྐྱ་གསེར་ལ་ཡོད་མཁན་ཞིག་འདུག་ལོ།  
 ཉིད་ལ་མཛེས་པའི་ཇོ་ཇོ་དེ་ན་འདུག་ལོ།  
 གུར་དཀར་ལ་མཛེས་པའི་མདུན་མ་ཞིག་འདུག་ལོ།  
 རྒྱལ་རྒྱུ་ཀེ་སར་བདུད་ཡུལ་ལ་ཕྱོད་དེ་མ་བསྐྱེད་ལོ།  
 འབྲུ་དམར་ལམ་བཟན་དེ་ཕྱུ་གུ་ལ་འདུག་ལོ།  
 དཔལ་ལོ་མོད་པོ་ཆས་དེ་ཞིག་འདུག་ལོ།

དཔལ་པོ་ཚང་མ་གང་གི་ཕྱང་པའི་ནང་དུ་འདུག་ལོ།

ལམ་འགྲང་ཆུ་གསུམ་པའི་སྐོར་ནང་འདུག་ལོ།

དྲཱ་ཟ་པའི་རྩ་ཡང་འདུག་ལོ།

སི་ལ་ཟ་པའི་ཟན་ཡང་འདུག་ལོ།

ཤ་ཟོས་ཀྱི་རུས་པ་པོ་རོག་ང་ལ་ཡང་ཐོབ་ལོ།

ཆང་འབྲངས་ཀྱི་སྤང་མ་པོ་རོག་ང་ལ་ཡང་ཐོབ་ལོ།

དེ་ཟུག་ཟེར་ས་པ། འབྲུ་དམར་ལམ་བསྟན་ལ་སྤོ་ཡོང་སྟེ། སོག་ལྷི་  
 ཞིག་བཏངས་པ། པོ་རོག་གཉིས་ཀ་སའི་ཁ་བྱད་དེ་ཤི་སོང་། དེ་ནས་ཉེར་པ་  
 ཉལ་ལྷི་རྒྱལ་པོ་ལམ་ཚན་ཞིག་སོང་སྟེ་ཟེར་ས། ལྷ་ནས་མཁའ་སྤྱོད་པ་ནས་ཅི་བྱད་  
 དེ་ཡོངས། པོ་རོག་གཉིས་ཀ་ལ་ཅི་པོག་ཟེར་རིན་ཞིག། ལེན་དེ་བརྟ་ཟ་ན་པོ་རོག་  
 གཉིས་ཀ་ཤི་སྟེ་མེད་ཚུག། དེ་ནས་པོ་རོག་གཉིས་ཀ་ལ་ས་ཞིག་བྱུ་སྟེ། དེའི་  
 ནང་དུ་བཀའ་སྟེ་རོམ་ཁང་ཞིག་བཅོ་སྟེ་བེར་ས། འབྲུ་དམར་ལམ་བསྟན་གྱིས་དེ་  
 མཚན་ལ་ཉེར་གྱི་དྲ་ཀང་གསུམ་དེ་ཀྱུ་སྟེ་ཁྲིད་དེ་ཁྲོང་སྟེ། སྤྱིང་གི་དཔལ་པོ་ཚང་  
 མའི་སདུན་ལ་བསྐྱེད་སོང་བ་སང་། ཁོ་སདུན་ལ་ཡོང་མ་བཅུགས། ཁྲོ་རང་ལ་  
 དྲ་ཀང་གསུམ་ཞ་བོ་ཞིག་ཐོབ་སྟེ་འདུག། དྲ་དེ་སྤུ་ལ་དགོས་ཡིན། ང་ཞའི་ཁྲོ་ན་  
 དེ་སྤོས་སྤུ་ལ་མི་བཏང་ཟེར་དེ་ཁོ་ལ་སྤོ་བཅོས་པ་སང་། འབྲུ་དམར་ལམ་བསྟན་  
 ལ་སྤོ་ཡོང་སྟེ། ང་ལ་ཡང་མི་དགོས་ཟེར་དེ། དྲ་དེ་འབྲུད་བཏངས་པས། དྲ་ཀང་  
 གསུམ་དེ་ལོག་སྟེ་ཉེར་གྱི་དམག་འབྲང་ལ་སོང་། དེ་ནས་ཉེར་གྱི་འབྲུལ་དྲ་ཀང་  
 གསུམ་ལ་ཞོན་དེ། ཉེར་གྱི་ཤན་གྲ་སི་རུ་དེ་དེ་ལྟ་སྟེ་ལ་ཡོངས། ཁོས་དེ་ལྷོས་



བཅད་དེ་ཡོངས་པ། སྒྲིང་པའི་དཔའ་བོ་ཀུན་ཡོད་ས་ཏུ་བསྐྱེབ་པས། ཨ་གྲུ་  
དཔའ་ལེ་གྲར་གྱི་མདུན་ལ་སོང་ཕྱི་སྒྲུ་ཞིག།

གྲར་གྱི་འགྲོ་གཞི་མཉམ་ལ་སྒྲིང་ཕྱི་འདུག་ལོ།

གྲར་ཐག་གཞི་ས་ལ་རྒྱ་ཕྱི་འདུག་ལོ།

དེ་གྲར་ནང་དུ་མི་ཆེན་སྒྲུ་ཞིག་བཞུགས་ལོ།

དེ་གྲར་ནང་དུ་དཔའ་བོ་སྒྲུ་ཞིག་བཞུགས་ལོ།

ནོར་པ་ཉལ་མེ་གྲུ་པོ་འི་དྲ་ཞིག་ཕྱིར་ལོ།

ང་ནི་ཕྱ་སྐོར་ལ་ཡོངས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།

ང་ནི་དྲ་དེ་འདྲིར་བསྐྱེབ་ཕྱིར་ང་འདུག་ལོ།

ང་ནི་དྲ་དེ་སྒྲོག་ཕྱིར་སྦྱལ་རོགས་རིག་མཛད་ལོ།

ཐོབ་མ་རྩལ་ཤིག་ཀྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ལོ།

ཀྱས་རྩལ་ཤིག་ཐོབ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།

ནོར་གྱིས་དེ་རྒྱལ་ཅིག་ཟེར་ས་པ། ཨ་གྲུ་དཔའ་ལེས་ལན་དུ་ཡང་ཟེར་ས།

གནས་ཕྱིར་མཐོན་པོ་ན་པོ་རོན་གསུམ་ཨུར་འདུག་ལོ།

པོ་རོན་སྤྲོ་མ་དེ་སྤྲོ་ལ་འབྱད་དེ་བཏང་ཡིན་ལོ།

པོ་རོན་དྲིང་མ་དེ་དྲིང་ན་བོར་ཡིན་ལོ།

པོ་རོན་དཀྱིལ་མ་དེ་ངས་ས་ལ་འཕམ་ཡིན་ལོ།

བྱ་སྒྲུ་གཞི་གནས་ལ་ཡན་མི་བཞུག་ལོ།

བྱ་ཐག་ཅིག་ས་ལ་འབྱད་མི་བཞུག་ལོ།

ནོར་ངན་སོག་པོ་འི་སྒྲིང་མདུན་གྱི་ཁ་པོའོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་དེ། དཔལ་ལེས་མདའ་ཞིག་བཏངས་པ། བོ་རོན་དཀྱིལ་  
 མ་དེ་སྒྲིབ་ཅིག་ལ་ཉེར་གྱི་སྒྲིབ་མདུན་གྱི་ཁ་པམས་པས། ཉེར་གྱིས་འཇིག་མྱེ།  
 ཅངས་ཟེར་བ། ཡང་འབྲུ་དམར་ལས་བཟུན་གྱི་གུར་གྱི་མདུན་ལ་སོང་སྟེ་ཐུ་  
 ཞིག་བཏངས།

གུར་གྱིང་ཞིག་གནས་ལ་སྦང་སྟེ་འདུག་ལོ།  
 གུར་ཐག་ཅིག་ས་ལ་ལྷ་སྟེ་འདུག་ལོ།  
 དེའི་ནང་ལ་མི་ཆེན་སུ་ཞིག་བཞུགས་ལོ།  
 དེའི་ནང་ན་དཔའ་བོ་སུ་ཞིག་རང་བཞུགས་ལོ།  
 ཉེར་གུར་དཀར་གྱིལ་པོ་འི་དྲ་ཞིག་སྟེར་ལོ།  
 གུར་དཀར་གྱིལ་པོ་འི་དྲ་དེ་འདྲིར་འདུག་ལོ།  
 ང་ཞའི་དྲ་དེ་འདྲིར་བསྐྱེབ་སྟེ་རང་འདུག་ལོ།  
 ང་ཞའི་དྲ་དེ་ལོག་སྟེ་དོང་ལོ།  
 ཐོབ་མ་རྩལ་ས་ཤིག་ཀུས་པ་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
 ཀུས་རྩལ་ས་ཤིག་ཐོབ་པ་ཞིག་ཡིན་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེརས་བ། འབྲུ་དམར་ལས་བཟུན་ལ་སྟོ་ཡོང་སྟེ་ལན་ལ་ཐུ་ཞིག་།

ལྟ་ཉེར་བྱིད་གྱིས་དངོས་ལ་ཉོན་དང་།  
 བྱིད་དྲ་གཅིག་གི་མི་གཅིག་དངོས་ལ་ཉོན་དང་།  
 ང་ཞའི་བྲིས་ས་ལ་ཆོས་བཅུ་བཙོལ་ཡིན་ལོ།  
 བྱི་ཞའི་བྲིས་ས་ལ་ཤུགས་ཤིང་ཤིང་ཡིན་ལོ།

ཕྱིང་གི་མི་ལ་བཏང་ན་སྤྲིག་པ་རིག་འདུག་ལོ།

འོག་གི་དྭ་ལ་བཏང་ན་སྤྲིག་པ་རིག་འདུག་ལོ།

གཞུང་གི་སྒྲིལ་མདའ་མོ་ཞིག་བཏང་ཡིན་ལོ།

དེ་ཆུག་ཟེར་དེ་མདའ་ཞིག་བཏངས་པ། ཉོར་གྱི་སྒྲིལ་མདའ་གྲུ་ལ་ཕོག་  
 རྩེ་མེད་མཁན་བཅོས་བཏངས་པ། ཉོར་ཤན་ཀྲ་མི་ཅུ་འཛིག་མ་དེ། འབྲུལ་དྭ་ཁང་  
 གཞུམ་དེ་ལ་སྒྲིལ་བཏང་སྟེ་ན། བང་བྲག་པོ་ཞིག་བྱིས་པ། དེ་དེ་ཆང་མ་  
 སྤྲིབ་གཅིག་ལ་མཉམ་པོ་སོང། དེ་ནས་ཤན་ཀྲ་མི་ཅུ་ཉོར་གྱི་དམག་འབྲང་ལ་དྭ་  
 ཆང་མ་འབྲིད་དེ་བསྐྱེད་སོང།

ཤན་ཀྲ་མི་ཅུས་གུར་དཀར་གྲུལ་པོ་ལ་ཟེརས། ང་དང་གི་དྭ་ཆང་མ་  
 སྤྲིང་བའི་དཔའ་པོ་ཀུན་གྱིས་བྱིས་དེ་འདུག། སྤྲིང་བའི་དཔའ་པོ་ཆང་མ་ལྷང་  
 བའི་སྤྲུ་ཞིག་ལ་སོང་སྟེ་འདུག། མཁར་དེའི་ནང་དུ་ཆོ་ཆོ་འབྲུག་མ་གཅིག་པོ་  
 ཡོད་ཆོད་འདུག་ཟེརས་པ། དེ་ནས་གུར་དཀར་གྲུལ་པོ་མ་ཆེན་ཟེར་དེ། དམག་  
 དང་ཆང་མ་སྤྲིང་མཁར་ལ་སོང། རྩེ་མེད་མེ་མེ་མེ་མེ་མཁར་ལ་སོང་བས། དེ་ནས་  
 ཡུ་གུ་འབྲུའི་གུང་ཁ་ཐོག་ལ་བེད་སྟེ། ཉོར་ལ་གཏམ་ལན་ལ་ཐུ་ཞིག་བཏངས།

བྱིད་དྭ་མངས་ཀྱི་མི་མངས་དངོས་ལ་ཉོན་དང།

བྱིད་ཉོར་གྱི་དམག་དེས་བདག་ལ་གསན་ལོ།

བྱིད་ཀུན་མདའ་ཅེས་ལ་དགའ་ན་འདིར་ཡོང་ལོ།

བྱིད་ཀུན་མདའ་ཅེས་ལ་དགའ་ན་འདིར་ཡོང་ལོ།

མདའ་ཅེས་བཏང་ན་ང་དང་གིས་བཏང་ཡིན་ལོ།



མདུང་ཅེས་བཏང་ན་ང་དང་གིས་བཏང་ཡིད་ལོ།  
 ག་སྙིང་ལ་དགའ་ན་གླིང་མཁར་ལ་སོང་ལོ།  
 མར་སྙིང་ལ་དགའ་ན་གླིང་མཁར་ལ་སོང་ལོ།  
 རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མ་ལ་དགའ་ན་གླིང་མཁར་ལ་སོང་ལོ།

དེ་ཟུར་ཟེར་ས་པ། རྟོར་གྱིས། ང་ཞ་མདའ་ཅེས་དང་མདུང་ཅེས་ལ་  
 མི་འཐད། ག་སྙིང་དང་མར་སྙིང་དང་། རྩོ་རྩོ་ལ་འཐད་ཡིན་ཟེར་དེ། ཕྱིར་  
 ལོག་ཉེ་གླིང་ཡུལ་ལ་སོང་།

## No. 3.

དེ་ནས་རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མ་ལ་རྟོར་གྱི་དཔག་ཡོང་ཅེས་མཐོང་ཉེ། གཤམ་  
 ཚང་མ་འབྲུད་དེ་སྤྲུལ་པ་ལོ་རྒྱུ་ཉེ་ཁྲབ་སོག་གོན་དེ། མདའ་དང་རལ་གྱི་  
 འཁྲར་དེ་སྤོན་ལམ་ཞིག་བཏབས་སོ།

མཉམ་པོ་སྤྲེས་པའི་རྩ་དགུ་མཐུན་ནོ།  
 མཉམ་པོ་སྤྲེས་པའི་ཁྲུ་དགུ་མཐུན་ནོ།  
 པས་རྩ་ཀར་ཟོང་སྤྲོན་པོ་མཐུན་ལོ།  
 མས་རྩ་བཀྲར་དཔན་རྒྱལ་སོ་མཐུན་ནོ།  
 འདི་རིང་ང་ལ་དཔྱང་རོགས་མཛད་ལོ།

དེ་ཟུག་ཟེར་དེ། རྟོར་གྱི་དཔག་ཁྲོལ་སོང་ཉེ། རྟོར་གྱི་དཔག་མང་  
 པོ་བསད་སོང་། དེ་ནས་རྟོར་གྱི་གན་ཀ་མི་ཅུས་ཟེར་ས་པ། འདི་བོ་བྱ་ཆ་ཞིག་  
 མེན། བྱ་སོ་ཞིག་ཡིན་ཚད་འདུག། ཚང་མས་ཀུ་ཙོ་དོང་ཟེར་ས་པ། རྟོར་གྱི་

དམག་ཚང་མས་ཀྱི་ཚོ་བཏངས་པ། རྩོམ་པ་ཚན་སོང་ཕྱི་མཁར་གྱི་ནང་ལ་  
 ཡོག་ཕྱི་སོང་། དེ་ནས་ཤོར་གྱི་དམག་ཚང་མས་དབང་བཙོ་ཕྱི་མཁར་གྱི་ནང་དུ་  
 སོང་བས། རྩོམ་པ་བཙོ་ཐབས་ཅི་ཡང་མེད་པ། ཤོར་གྱུར་དཀར་གྱི་གནོད་མད་  
 བཙོ་ཕྱི། མཁར་གྱི་ཤ་སྡིང་མར་སྡིང་ཚང་མ་ཟའིན་ཞིག་འདུགས། ཞག་ཁ་  
 ཤས་ཤིག་སོང་ཕྱི་ན་ཤོར་གྱུར་དཀར་གྱིས་ཟེརས། དེ་ཤོར་ཡུལ་ལ་ཆ་ཡིན་  
 འགྲུལ་རྩོམ་པ་ཚོ་ལ་ཟེརས་པ། རྩོམ་པ་ཤ་སྡིང་ཟེར་ཆར་དེ་མེན་ནས་མི་ཆ་ཟེརས།  
 ཤ་སྡིང་ཟེར་ཆར་ལོ་དག་སོང་། དེ་ནས་ཡང་འགྲུལ་ཟེརས་པ། ཡང་རྩོམ་པ་  
 སྡིང་ཟེར་ཆར་དེ་མེན་ནས་མི་ཆ་ཟེར་དེ་འདུགས་པ། མར་སྡིང་ཟེར་ཆར་ལོ་དག་སོང་།

དེ་ནས་ཡང་རྩོམ་པ་འགྲུལ་ཟེརས་པ། རྩོམ་པ་མདའ་གང་ས་  
 བང་ས་ཐུག་པ། མདའ་གང་གནས་ནང་ས་ཐུག་པ་དེ་ལ་མང་གི་མཁར་ཞིག་ཅོས།  
 དེ་ནས་ང་ཆེན་ཟེརས་པ། ཤོར་གྱི་དམག་ཚང་མས་དེ་ལ་མང་བསྐྱས་དེ། མཁར་  
 ཅིགས་པ། ལོ་དག་སོང་། དེ་ཟས་སྤངས་པ། ཀེས་པ་མ་བསྐྱབ་སོང་།

དེ་ནས་ཡང་ཤོར་གྱིས་འགྲུལ་རྩོམ་པ་ཚོ་ལ་ཟེརས་པ། རྩོམ་པ་ཡང་ཅང་  
 ཐབས་མེད་མཁར་སོང་། སྤྱིང་མཁར་དེ་ནང་དུ་ཅི་ཡང་མེད་མཁར་སོང་། རྩོམ་  
 ཆེན་ཟེརས། དེ་ནས་རྩོམ་པ་ཚོ་ལ་གོན་ཅེས་ཚང་མ་དང་། བདག་སྤྱི་ཚང་མ་གཡོག་  
 མོ་ལ་སྒྲོན་དེ་ན། རྩོམ་པ་ཚོ་ལ་ཁོ་རང་ཆེན་པོ་དེ་ནང་དུ་ལྷན་བྱུ་ཕྱི། དེ་དེ་ནང་དུ་ཟེརས་  
 ཆེན་མོ་ཞིག་ཁ་རྒྱུལ་ལ་བཏང་ཕྱི་ཡིག་ཕྱི་འདུགས། ཤོར་གྱིས་གཡོག་མོ་དེ་  
 རྩོམ་པ་ཚོ་ལ་ཆོག་བསམ་ཕྱི། མཁར་ནང་ནས་ཕིང་ཕྱི་འབྲིད་དེ་འབྲིད་རད་ཚུགས་པ།  
 སྤྱིང་ཡུལ་ལི་མུག་ལ་ཨ་བི་རྒྱན་མོ་ཞིག་ཡོད་ཚུགས། དེ་ཡོང་ཕྱི་ཤོར་ལ་ཟེརས།  
 གྱུར་དཀར་རྒྱལ་པོ་ལ། སྤྱིང་གི་ཤ་སྡིང་ཟེར་ཆར། མར་སྡིང་ཟེར་ཆར། རྩོམ་

འབྲུག་ཡང་ཉི་རང་ལ་ཐོབ། སྤྱིང་རྒྱལ་རྩམ་ཀེ་སར་རི་ཆིབས་རའི་ནང་དུ་ན་  
རྒྱགས་ཤིག་ས་བཏང་བ། རྟོན་ཡིན་ན་ཟེར་ས་པ། རྟོན་གྱི་ཤཀྲ་མི་རུས་དེ་  
བོ་བདེན་ཟེར་དེ། རྟོན་ན་ཞིག་ལ་ཞོན་དེ་ཆིབ་རའི་ནང་དུ་བང་གཅིག་བཏང་ས་པ།  
དེའི་ནང་ན་ཆོ་ཆོ་འི་སྤྲ་ཞིག་དེའི་ཀང་པ་ལ་འབྲིལ་དེ། ཆོ་ཆོ་དེའི་ནང་ནས་བིང་  
སྟེ་ཡོང་ས། དེ་ནས་ཆོ་ཆོ་རྟོན་གྱིས་འབྲིད་དེ་བྱིར་ས། རྩམ་མཁར་གྱི་ཁ་ཐོག་ལ་  
ཨ་གྲུ་བྲའི་ཐུང་གིས་བརྟ་སྟེ་ཡོད་ཚུགས། ཆོ་ཆོས་སྤྱུ་ཞིག།

སྤྱིང་རྒྱལ་རྩམ་ཆེན་མོ་དེ་བདུད་ཡུལ་ལ་སྟོར་སོང་།

སྤྱིང་གི་ཤ་སྟིང་ཟ་ལ་ལོ་དག་སོང་།

སྤྱིང་གི་སར་སྟིང་ཟ་ལ་ལོ་དག་སོང་།

རིལ་མང་གི་མཁར་ཆིག་པ་ལོ་དག་སོང་།

དེ་ཟས་ཚུགས་པ་ཀེ་སར་མ་བསྐྱེད་ལོ།

སྟོན་ལ་ཀེ་སར་ལ་ཞབ་ཤི་སང་བོ་ཞིག་ཡོད་པིན།

དག་ས་ཞབ་ཤི་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག་ལོ།

ཆོ་ཆོང་རང་རྟོན་གྱིས་འབྲིད་འདུག་ལོ།

ཀེ་སར་རྒྱལ་བོ་ཡོད་པའི་དུས་ལ་དཔའ་བོ་མང་ཟས་ཡོད་པིན།

དག་ས་རྟོན་གྱི་དམག་ཡོང་ཟ་ན་དཔའ་བོ་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག།

ཆོ་ཆོས་དེ་རྒྱག་ཟེར་ས་པ། ཨ་གྲུ་བྲའི་ཐུང་ལ་སྟོ་ཡོང་སྟེ། མགོ་གས་  
པ་དམག་ཆས་བཏང་སྟེ། རྟོན་གྱི་རྩར་སོང་སྟེ་བརྒྱ་ཟས་ཞིག་བསད་བཏང་ས།

དེ་ནས་རྟོན་གྱི་ཤཀྲ་མི་རུས་ཀྱི་ཚོ་དོང་ཟེར་ས་པ། རྟོན་གྱི་དམག་ཚང་མས་ཀྱི་



ཙོ་དྲག་པོ་བཏངས་པ། ཡ་གྲུ་ཁའི་ཐུང་འཇིགས་ཏེ་ཕྱིར་ལོག་སྟེ་ཁྲེམ་ཁྲེམ་མི་  
 ཁྲེམ་མཁར་ནང་དུ་སོང་བས། རྩོ་རྩོ་ཉོར་གྱིས་འཁྲིད་དེ་འབྱེདས། ཐང་ཞིག་གི་  
 ཁ་བསྐྱེབ་པ། དེ་རུ་ཡང་གར་ལྟངས་པ་དང་ཐུག་སོང་པ། ཉོར་གྱིས་ཆུམ་སྟེ་  
 བཅོན་ལ་བཅུག་པ་འབྱེདས། དེ་ནས་གང་གི་ལུང་བའི་ནང་དུ་དབའ་བོ་ཚང་མ་  
 ལ་ཚོར། སྤྱིང་མཁར་གྱི་ཤ་སྟིང་ཉོར་གྱིས་ཟེས། མར་སྟིང་ཉོར་གྱིས་ཟེས།  
 སྤྱིང་མཁར་བཞིག་སྟེ་ཤལ་མ་ལ་སྐྱུརས། རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མ་གུར་དཀར་གྱིས་  
 འདུན་མ་ལ་བྱེདས།

No. 4.

ང་དང་ལྷ་ལ་ཆ་ཡིན་ཟེར་དེ། འབྲུ་དམར་ལས་བཅུན་ལྷ་ལ་ཡོངས་པ།  
 སྤྱིང་མཁར་སྟོད་དེ་ཅང་མེད་མཁན་བཅོ་སྟེ་ཉོར་གྱིས་འབྱེད་དེ་མེད་ཚུག། དེ་ནས་  
 འབྲུ་དམར་ལས་བཅུན་ཡས་ཚན་སོང་སྟེ། ཡ་གྲུ་དབའ་ལེ་མདུན་ལ་སོང་སྟེ་སྤྱུ་  
 ཞིག་བཏངས་སོ།

ངའི་ཡ་གུས་འང་དངོས་ཤིག་ལ་ཉོན་དང་།  
 དབའ་ལེ་གོད་པོས་འང་བདག་ལ་གསན་ལོ།  
 སྤྱིང་མཁར་སྟོད་ལ་དམག་ཆེན་ཞིག་བསྐྱེབ་དོག།  
 སྤྱིང་མཁར་ལ་ཉོར་གྱི་དམག་ཆེན་ཞིག་ཡོངས་དོག།  
 སྤྱིང་གི་ཤ་སྟིང་ཚང་མ་ཉོར་གྱིས་ཟེས་དོག།  
 སྤྱིང་གི་མར་སྟིང་ཚང་མ་ཉོར་གྱིས་ཟེས་དོག།  
 རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མ་ཉོར་གྱིས་འཁྲིད་དེ་འབྱེདས་ལོ།  
 དུང་གི་རྒྱིད་བུ་ཡང་འབྱེད་དེ་མི་འདུག་ལོ།

གསེར་ཉ་རྒྱངས་གཅིག་ཡང་འབྱེར་དེ་མི་འདུག།  
 གཡུ་ཉ་རྒྱངས་གཅིག་ཡང་འབྱེར་དེ་མི་འདུག།  
 ཉ་པོ་ཁ་ལ་མེ་འབར་ཡང་འབྱེར་དེ་མི་འདུག།  
 པོ་ལ་དེ་གྲུ་གཞུ་ཡང་འབྱེར་དེ་མི་འདུག་ལོ།  
 དེའི་པི་ལ་ང་བདས་དེ་རང་ཆེན་ལོ།  
 ཉ་དེ་ཉ་གསར་གྱུ་ལ་ཉ་གན་རིག་གྱུ་ལོ།  
 གཞུ་དེ་གཞུ་གསར་གྱུ་ལ་གཞུ་གན་རིག་གྱུ་ལོ།  
 མདུང་དེ་མདུང་གསར་གྱུ་ལ་མདུང་གན་རིག་གྱུ་ལོ།  
 མདའ་དེ་མདའ་གསར་གྱུ་ལ་མདའ་གན་གྱུ་ལོ།  
 གྲི་དེ་གྲི་གསར་གྱུ་ལ་གྲི་གན་རིག་གྱུ་ལོ།  
 ཁྲབ་དེ་ཁྲབ་གསར་གྱུ་ལ་ཁྲབ་གན་གྱུ་ལོ།  
 མོག་དེ་མོག་གསར་གྱུ་ལ་མོག་གན་གྱུ་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཨ་གྲུ་དཔལ་ལེ་ལ་འདྲིས་པ། ཨ་གྲུས་ལན་དུ་སྒྲུ་ཞིག།

ཨ་གྲུའི་ཆ་བོས་དངོས་ཤིག་ལ་ཉོན་དང་།

དཔལ་ལེ་འི་ཆ་བོས་བདག་ཅིག་ལ་གསལ་དང་།

ཨ་གྲུའི་ཆ་བོ་ལ་ཞལ་ལྷ་བདང་དགོས་ཡང་མེད་ལོ།

འབྲ་དམར་ལས་བསྟན་ལ་བསྟུབ་བྱ་བདང་དགོས་རང་མེད་ལོ།

ཁྱིད་ཀྱིས་ཉ་གསར་ས་ཁྱིར་ཉ་གན་རིག་ཁྱིད་ལོ།

ཁྱིད་ཀྱིས་གཞུ་གསར་ས་ཁྱིར་གཞུ་གན་རིག་ཁྱིད་ལོ།

ཁྱིམ་མདུང་གསར་མ་ཁྱིམ་མདུང་གན་རིག་ཁྱིམ་ལོ།  
 ཁྱིམ་མདུང་གསར་མ་ཁྱིམ་མདུང་གན་རིག་ཁྱིམ་ལོ།  
 ཁྱིམ་གྱི་གསར་མ་ཁྱིམ་གྱི་གན་རིག་ཁྱིམ་ལོ།  
 ཁྱིམ་ཁྲབ་གསར་མ་ཁྱིམ་ཁྲབ་གན་རིག་ཁྱིམ་ལོ།  
 ཁྱིམ་མོག་གསར་མ་ཁྱིམ་མོག་གན་རིག་ཁྱིམ་ལོ།  
 གྱེན་གྱེན་གྱེན་ལ་སིང་གི་མཆོང་ལྷགས་ཅོས།  
 ཐུར་ཐུར་ཐུར་ལ་ཤ་མོ་འབྱོལ་འགྲོས་ཅོས།  
 འདབས་འདབས་འདབས་ལ་པོ་རོག་རྩར་མཆོངས་དྲོང་།  
 རལ་གྱི་པ་བརྒྱ་བའི་གཡོན་ལ་མ་འདུག།  
 ཏུ་བག་པ་བརྒྱའི་གཡས་ཕྱོགས་ལ་མ་ཆ།  
 ཨ་གཡི་ཆ་བོལ་བསྐབ་བྱ་བཏང་དགོས་རིག་མེད་ལོ།  
 འབྲུ་དམར་ལས་བསྟན་ལ་ཞལ་ལྷ་བཏང་དགོས་མེད་ལོ།

ཨ་གཡས་དེ་རྩལ་ཟེརས་པ། འབྲུ་དམར་ལས་བསྟན་གྱིས། ཨ་གཡས་  
 ཟེར་མཁན་ནང་ལྷར་ཆོང་མ་འཁྱུར་དེ་དོར་ལ་བདས་དེ་སོང་། ཨ་གཡ་དཔལ་ལེས་  
 གཏས་གཅིག་བསྐབ་པར་བཞེད་སོང་། གས་ཁྱད་ཅིག་ལ་སྒྲིམས་ན་བྱབ་རྩ་མ་  
 མཐུང་། གན་ནི་རོགས་བྱ་མ་གྲོལ་ཟེར་ཅེས་བཞེད་སོང་། དེ་ནས་འབྲུ་དམར་  
 ལས་བསྟན་མཁྱོགས་པ་སོང་ཉི། དོར་ལ་ཞོན་སོང་བས། གྱེན་ལ་སིང་གི་  
 མཆོངས་ལྷགས་བཅོས། ཐུར་ལ་ཤ་མོ་འབྱོལ་འགྲོས་བཅོ་འིན་ཞིག་དང་།  
 དོར་གྱི་དམག་ཕྱིན་ཟེས་བསམ་དེ་ན། ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གུ་མ་དཔེ་ཁ་སྐབ་ཉི་ཕྱིར་ལོག་



རྩེ་ཁྱོད་སྤྱི་ལོ་། འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་ངལ་དེ། ཉེ་ཁྱོད་ཁྱོད་ཡོང་གིན་ཞིག་  
 ཡོངས་ལ། ཉོར་གྱི་ཤན་ཁྱོད་མི་ཅུ་ཉིང་རང་ནས་ཡོང་གྱི། འབྲུ་དམར་ལམ་  
 བཟུན་ལ་ཚོར་མ་བཅུག་པ་ཆོ་ཆོ་ལ་ཟེརས། ཆོ་ཆོ་ལ་ཉོར་གྱུར་དཀར་ཀྱུལ་པོ་  
 དང་མཉམ་པོ་འདུག་ཕྱི་ལོ་འདི་ཟུག་སོང། དཀར་དཀར་ཀྱུལ་པོ་སྤྱི་ལོ་འཕང་  
 ཟེརས་ལ། ཆོ་ཆོ་སྤྱི་ལོ་ཟེརས་མི་ཡོང་ཡིན། འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་གྱི་  
 གཞུགས་པོ་ཚང་མ་པོ་ལད་ལ་ཡོད། ཚང་གཡོག་གི་ནང་ལ་ཤ་མི་ཡོང་ཟུག་  
 ཞིག་མན་ནས་མེད། ཅང་བཅོ་མི་ཉན་ཟེརས་ལ། ཤན་ཁྱོད་མི་ཅུ་སྤྱི་ལོ་འཕང་  
 གིས་ཅི་ཐབས་བཅོ་ནའང་ཅོས་ཟེརས་ལ། དེ་ནས་ཆོ་ཆོ་སྤྱི་ལོ་ཟེརས་ལ་བསྐྱུ་  
 རྩེ་ཟེརས། ཁྱོད་རང་ལྟན་ལ་སོང་གྱི། ཡུ་ཅུ་རན་འཐག་ཅིག་ཡོད། དེ་རན་  
 འཐག་གི་གཡོག་ཁང་ནང་དུ་སོང་གྱི་འདུག། ངས་འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་ནི་གན་  
 ནི་རོགས་བྱ་འགྲོ་ལ་དེ། རན་འཐག་གི་ཤ་མགོ་ན་ཆུ་ཞིག་འཐུང་བཅུག་ཡིན།  
 ཁྱོད་རང་གིས་ཤུའི་ནང་ནས་མདའ་དེ་ཚང་གཡོག་ལ་བཟུ་གྱི་དོང་། དེ་ནས་ཁོ་ཤི་  
 ཡིན་ཟེརས་ལ། ཤན་ཁྱོད་མི་ཅུ་ལྟན་ལ་སོང་གྱི་རན་འཐག་གི་ནང་དུ་ཞུགས་ཕྱི་  
 འདུགས། དེ་ནས་ཆོ་ཆོ་དང་འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་གཉིས་ཀ་རན་འཐག་གི་  
 མདུན་ལ་བསྐྱུ་སོང། ཆོ་ཆོ་ཟེརས་ལ། རོ་འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་ལ། རོ་རང་  
 ལ་དག་སྤྱི་ལོ་འཕང་འདུག། འདི་ཅུ་ཅ་བྱིག་འདུག་ཡིན། གན་ནི་རོགས་  
 བྱ་གྲོ་ལ། རན་འཐག་གི་ཤ་མགོ་ན་ཆུ་ཞིག་འཐུང། ཉོར་གྱི་ཁྱུལ་དེ་དང་འབྲིང་  
 དེ་ཁྱོད་སྤྱི་ལོ་ཟེརས། མང་པོ་འཐད་འདུག་ཟེརས་ལ། འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་གྱིས་  
 ཀྱུལ་ཆོ་ཆོ་ལ་ཟེར་དེ། ཉེ་ཁྱོད་ནས་བབ་ཕྱི་གན་ནི་རོགས་བྱ་འགྲོ་ལ་དེ། རན་

འཕགས་གི་ལྷ་མགོན་གྱི་བྱ་བ་ཆུ་ཞིག་འབྲུངས་པ་སང་། དེ་ཚུག་པ་ཤན་གྲ་མི་རུས་  
 རན་འཕགས་གི་ནང་ནས་འདུ་བྱ་བས་པ་སང་། མདའ་དེ་འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་  
 གྱི་ཆང་གཡོག་ལ་ཕོག་སོང་། དེ་ནས་ཇོ་ཇོས་འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་ལ་དབང་  
 བྱས་ཏེ། རྟོར་གྱི་ཤན་གྲ་མི་རུ་དང་མཉམ་པོ་སོང་བའི། འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་  
 ལ་མདའ་ཕོག་མྱེ་དེ་རུ་ལུས་འདུགས། །

དེ་ནས་དེ་རུ་དབལ་ལེ་གོད་པོ་བསྐྱབ་བས། འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་  
 ལ་མདའ་ཕོག་མྱེ་ཡོད་ཅེས་མཐོང་མྱེ། ལམ་ཚན་སོང་མྱེ་ཟེརས། སྡོན་ལ་ངས་  
 གཏམ་གཅིག་བསྐྱབ་པ་བཞེད་སོང་འབྲུ་དམར་ལེ་ཟེརས་པ། འབྲུ་དམར་གྱིས་  
 ཟེརས། ང་གི་ཡིན་ན་གསོན་ཡིན་ཨ་གྱུ་ལེ། དབལ་ལེས་ཟེརས། ཕན་ད་པན་  
 ཡིན་བ། སྡོན་ལ་ང་རྟོར་ལ་བདས་ཏེ་ཆེན། འབྲུ་དམར་གྱིས་ཟེརས། དགས་  
 ང་པན་བཅུག་ཨ་གྱུ་ལེ། རྟོར་ན་ང་སོང་མྱེ་རྟོར་གྱི་རིགས་ལུས་མི་བཅུག། དེ་རྒྱག་  
 ཟེར་ནའང་། ཨ་གྱུ་དབལ་ལེས་དབང་བཙོ་མྱེ་རྟོར་ལ་བདས་ཏེ་སོང་བ། ཤན་གྲ་  
 མི་རུ་དེ་རྟོར་ན་ཡོད་ཚུག། རྒྱུ་པར་ཁ་ན་ཆ་ཅེས་མཐོང་མྱེ་ཟེརས། ལྷ་རྟོར་ངན།  
 ཁྱོད་ང་གིས་ང་ཞི་ལྷ་གྱུ་ཞིག་དང་གྱུ་འབྲན་བཏངས་སོག་པ། དགས་ང་དང་  
 གྱུ་ཅིག་མི་འབྲན་ན་ཟེརས་པ། ཤན་གྲ་མི་རུས་ཀྱི་ལེ་ཟེརས། དེ་ནས་མདའ་  
 དེ་གང་པོས་སྡོན་ལ་བཏང་ཡིན་ཟེརས་པ། ཤན་གྲ་མི་རུས་ངས་བཏང་ཡིན་ཟེརས།  
 དེ་ནས་དབལ་ལེས་རྟོར་ལ་འདྲི་མྱེ། ཁྱོད་ང་གི་མདའ་ག་རུ་ཕོག་ཅེས་ཡིན་  
 ཟེརས་པ། རྟོར་གྱིས་དྲང་པོ་ཟེརས། ངའི་མདའ་དེ་མིག་ལ་བྱུག་ན། རྟོར་ལ་  
 ཕོག་ཅེས་ཡིན་ཟེརས་པ། དབལ་ལེས།



ཨར་མཆོངས་འདིར་མཆོངས་མ་བཤང་ན་ཁྱོད་སྟེ་རོག་གི་ཕོན་ཕོན་མེན་ལོ།

བར་ཆད་བྱར་ཆད་མ་བཤང་ན་ཁྱོད་དོ་ཆོད་མ་རལ་གྱི་མེན་ལོ།

རལ་གྱི་བཤང་སྟེ་མ་ཕོག་ན་དཔལ་ལེ་ཆོད་པོ་ང་ལ་མ་ཟེར་ལོ།

དེ་ཟུག་ཟེར་རིན་ཞིག་དང། དཔལ་ལེ་ཡོང་སྟེ་དོ་བ་ཆོད་མ་རལ་གྱི་  
དང་རྒྱབ་སྟེ། འཇག་ཀྱ་མི་ཅུ་ཁྱེད་ལོག་ཉིས་བཅོས་བཤང་སྟེ། ཁོ་སྤྱི་བ་ཅིག་ལ་  
ཤི་སོང། དེ་ནས་ཁོ་འི་ལྷགས་པ་ཤུ་སྟེ། ས་ཞིབ་སོ་ཞིག་སྤང་སྟེ། ཁོ་རང་གི་  
དྲི་ཁ་བཀལ་དེ། ལྷགས་པ་ལ་བིག་ང་མང་པོ་ཕིང་སྟེ་ན། ཏྲ་འཕུད་བཤངས་པ།  
བང་བྲག་པོ་བཤང་གིན་ཞིག་ཏོར་དམག་གི་མདུན་ལ་སོང་པ། ལྷགས་པ་འི་བིག་ང་  
ཆང་མའི་ནང་ནས་ས་བིང་སྟེ། ཐལ་སྤྱབ་བིང་ཅེས་མཐོང་སྟེ། ཏོར་གྱི་དམག་  
ཆང་མ་འཛིགས། དེ་ནས་གུར་དཀར་གྱིས་ཇོ་ཇོ་ལ་འདྲིས་པ། ཇོ་ཇོ་ལེ་སྤྱིང་  
ཡུལ་ཕྱོགས་ནས་ཏྲ་བ་བྲག་པོ་ཞིག་ཡོང་འདུག། དེ་སྤྱི་ཡིན་ཟེརས་པ། ཇོ་ཇོས།  
དེ་ཏྲ་བ་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཆོད་འདུག་ཁོ་ལ་ཅི་བཅོན་འང། མི་ཉན་ཟེརས་པ།  
ཏོར་གྱི་དམག་དེ་ཆང་མ་འཛིགས་སྟེ་སྤྱི་ཆུའི་ནང་ལྷེབས། སྤྱི་རང་དང་རང་གི་  
བཤང་སྟེ་ཤི་སོང། ཏིང་ན་བརྟ་ཟ་ན། འཇག་ཀྱ་མི་ཅུ་འི་ལྷགས་པ་དང་ཁོ་འི་ཏྲ་  
ཡིན་ནོག། དེ་ནས་གུར་དཀར་དང་དམག་དང་ཇོ་ཇོ་ཆང་མ་ཡམ་ཆན་སོང་སྟེ།  
ཏོར་ཡུལ་ལ་སོང། ॥

དཔལ་ལེ་ཕོག་སྟེ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པ། འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་གྱི་  
མདུན་ལ། ཁྲའི་ཐུང་བསྐྱེད་སྟེ། ཁོས་ཏོར་ངན་གྱི་མདའ་འཁྱར་དེ། ཅི་ལ་འདུག་  
ཡིན་ཟེར་དེ་འཕུད་བཤངས་པ། འབྲུ་དམར་ལམ་བཟུན་གྱི་སྤྱིང་དེ་མདའི་དཱིུ་ལ་  
འཁྱར་དེ་ཕིང་སྟེ་ཁྱོང་སྟེ། དཔལ་ལེ་བསྐྱེད་ཟ་ན། བཅོ་ཐབས་མེད་མཁན་སོང་།



ཕྱི་ཤི་ཅས་ལ་ཁ་ཐུག་སོང་ཕྱི། འབྲུ་དམར་གྱིས་ཨ་གུ་དཔལ་ལེ་ལ་ཁ་ཆེས་ས་  
ཤིག་བོར་ས།།

ངའི་ཨ་གུས་འང་དངོས་ལ་ཉན་ལོ།  
 དཔལ་ལེ་ཞོད་པོས་བདག་ལ་གསན་ལོ།  
 དེ་རིང་བྱ་ཆ་ང་ཤི་ཅས་རིག་རག་ལོ།  
 འབྲུ་དམར་ལས་བལྟན་ཤི་ཅས་ལ་ཐུག་ལོ།  
 ཤར་ལ་བལྟས་པའི་ལུང་པའི་ནང་ན།  
 ཏ་མང་པོ་འི་བྱ་ཞིག་རང་ཡོད་ལོ།  
 དེ་ལ་ཁག་པོ་གསུམ་ཟས་ཅོས་ལོ།  
 ཁག་གཅིག་གླིང་སཁར་ལ་ཞིག་སོབ་ཅོས།  
 ཁག་གཅིག་བྱ་ཆ་ང་རང་གི་དོན་ཞིག་ཅོས།  
 ཁག་གཅིག་གླིང་ཆེད་ཀེ་སར་ལ་བོར་ལོ།  
 རྩོ་བུ་བལྟས་པའི་ལུང་པའི་ནང་ན།  
 ར་མ་མང་པོ་འི་བྱ་ཞིག་ཡོད་ལོ།  
 དེ་ལ་ཁག་པོ་གསུམ་ཟས་ཅོས་ལོ།  
 ཁག་གཅིག་གླིང་སཁར་ལ་ཞིག་སོབ་ཅོས།  
 ཁག་གཅིག་བྱ་ཆ་ང་རང་གི་དོན་ཞིག་ཅོས།  
 ཁག་གཅིག་གླིང་ཆེད་ཀེ་སར་ལ་བོར་ལོ།  
 རྩལ་ལ་བལྟས་པའི་ལུང་པའི་ནང་ན།  
 ལག་འཁྱི་མང་པོ་འི་བྱ་ཞིག་ཡོད་ལོ།

དེ་ལ་ཁག་པོ་གསུམ་ཟས་ཅོས་ལོ།

ཁག་གཅིག་གླིང་མཁར་ལ་ཞིག་སོབ་ཅོས།

ཁག་གཅིག་བྱ་ཚ་ང་རང་གི་དོན་ཅོས་ལོ།

ཁག་གཅིག་གླིང་ཆེད་ཀེ་སར་ལ་བོར།

བྱང་དུ་བལྟས་པའི་ཕྱང་པའི་ནང་ན།

ཕྱག་དང་ཕྱག་གུའི་བྱ་ཞིག་ཡོད་ལོ།

དེ་ལ་ཁག་པོ་གསུམ་ཟས་ཅོས་ལོ།

ཁག་གཅིག་གླིང་མཁར་ལ་ཞིག་སོབ་ཅོས།

ཁག་གཅིག་བྱ་ཚ་ང་རང་གི་དོན་ཅོས་ལོ།

ཁག་གཅིག་གླིང་ཆེད་ཀེ་སར་ལ་བོར།

ཤར་ལ་གཟིགས་པའི་རབ་སལ་པོའི་ནང་ན།

གསེར་གྱི་རན་འཐག་རང་འཁོར་ཡོད།

ལྷོ་ལ་གཟིགས་པའི་རབ་སལ་པོའི་ནང་ན།

ཐུ་དྲིག་གི་ཀྱ་གུ་ཡོད་ལོ།

ནུབ་ལ་གཟིགས་པའི་རབ་སལ་པོའི་ནང་ན།

ཟངས་ཀྱི་བྱི་གུ་ཐུག་ཤེས་ཡོད་ལོ།

བྱང་ལ་གཟིགས་པའི་རབ་སལ་པོའི་ནང་ན།

དུང་གི་ཕྱག་གུ་འཐག་ཤེས་ནང་ཡོད་ལོ།

དེ་ཚང་མ་ལ་ཁག་གསུམ་ཅོས་ལོ།

ཁག་གཅིག་གླིང་མཁར་གྱི་ཞིག་སོབ་ཅོས།

ཁག་གཅིག་བྱ་ཆང་རང་གི་དོན་ཞིག་ཅོས།

ཁག་གཅིག་གླིང་རྗེ་ཀེ་སར་ལ་བོར་ལོ།

གལ་དེ་ཀེ་སར་བདུད་ཡུལ་ནས་བསྐྱབ་ཟེར་ན།

ཁ་དམར་མོ་འབྲུ་གུ་ཡང་ཁྱོང་ཡིན་འགྲོ།

ལོ་གསུམ་མགོ་འི་ཁ་འོལ་དོབ་ཟེར།

ལོ་གསུམ་ར་མའི་ར་རྩི་ལ་བོར་ཟེར།

ལོ་གསུམ་ལུག་གི་ལུག་རྩི་ལ་བོར་ཟེར།

ལོ་གསུམ་བ་གླང་གི་བ་རྩི་ལ་བོར་ཟེར།

ལོ་གསུམ་ཡུལ་བའི་མགོང་ཀོལ་ལ་དོང་ཟེར།

ལོ་གསུམ་མཁར་གྱི་རྩ་མ་ལ་བོར་ཟེར།

དེ་རྒྱལ་བསྐྱབ་བྱ་ཆང་མ་ཟེར་དེ། འབྲུ་དམར་ལས་བསྐྱན་གྲོངས་སོང་།  
 དེ་ནས་ཨ་གུ་དཔལ་ལེ་ཡིས་སྤར་དེ་རི་མགོན་པོ་ཞིག་ལ་འབྱིར་དེ། མི་ལ་བསྐྱེག་  
 ནས་སྤར་ཁང་ཞིག་བཙོ་སྤྱོད་བོར་ནས། ཨ་གུ་དཔལ་ལེ་གླིང་ཡུལ་ལ་ཡོང་སྟེ། ཞག་  
 རི་ལ་པོ་ཐུར་མངས་གང་རེ་འགས་མིན་ཞིག་བྱ་ངན་ལ་འདུགས། གྲུལ་རྩམ་ཀེ་  
 སར་དེ་བདུད་ཡུལ་ལ་སྟོར།

འབྲུ་དམར་ལས་བསྐྱན་ཏོར་གྱིས་བསམདས།

གླིང་མཁར་ཅེ་དགུ་ཤལ་མ་ལ་གུར།

རྩི་རྩི་འབྲུ་གུ་མ་ཏོར་གྱིས་འབྱིརས།

བསམ་སྟེ་སྤྲུག་བཙོ་སྟེ་འདུགས།



དེ་ནས་ཞག་ཅིག་ལ་ཡུལ་མཆུག་གི་ཨ་བོ་དཔལ་ལའི་མདུན་ལ་ཡོང་སྟེ་  
 ཟེར་ས། བླ་དཔལ་ལའི་ཚོད་པོ་བྱིད་སྟུག་བཙོ་སྟེ་མ་འདུག། ཀེ་སར་གི་ཅས་དང་  
 མྱོར་ཅས་སེ་ཡོང། གྲ་བྱང་བྱང་དཀར་མོ་ཀུན་ལྷ་ལ་བཏང་ན་ཐོབ་ཡིན་ཟེར་ས་པ།  
 དཔལ་ལེས་སྟོ་བཙོ་སྟེ་ཅང་མ་ཟེར་ས། དེ་ནས་ཞག་ཅིག་ལ་ཨ་བོ་ཡང་ཡོང་སྟེ་  
 ཟེར་ས་པ། དཔལ་ལའི་ཡིད་ཆེས་དེ་གྲ་ཀུན་ཁྱོད་ས་པ། གྲ་ཀུན་ལ་ཟ་ཅེས་བཏང་  
 མཁན་མེད་པ་སང། ཤེད་མེད་མཁན་སོང་སྟེ་ཡོད་ཚུག། ཨ་གྲ་དཔལ་ལེས་  
 ཞག་དང་འབྲུ་འོན་ཞིག། ཟ་ཅེས་བྱུལ་ལ་བཏང་ངོན་ཞིག་བོར་ས། དེ་ནས་ཞག་  
 ཅིག་ཚོད་བཅུ་ས་པ། སྤིང་མཁར་ལ་ལན་ཅིག་ཀྱང་འཁོར་མ་ཐུབ་སོང། ཡང་  
 ཞག་བདུན་བོར་དེ་བཅུ་ས་པ། སྤིང་མཁར་ལ་ལན་ཅིག་ཁོར། ཡང་ཞག་བདུན་  
 སོང་སྟེ་ལན་གསུམ་ཁོར། དེ་རྩལ་གི་ལན་དགུ་འཁོར་འཁོར་ཚུག་པ་གསོས་  
 བཏང་གིན་ཞིག་བོར་ས་པ། ཞག་ཅིག་ལན་དགུ་ཁོར་སོང། དེ་ནས་དཔལ་ལེས་  
 ཀེ་སར་ལ་ཡི་གེ་ཞིག་བྲིས། བླ་བས་མ་མེད་ཀེ་སར། བླ་སྤིང་ཆེད་ཀེ་སར་གར་  
 ཡོད། འདྲིར་སྤིང་ཡུལ་ལ་ཁོར་གྱི་དམག་ཡོང་སྟེ་བཙོ་ཐབས་མེད་མཁན་སོང།  
 ཤ་སྤིང་ཟ་ལ་ལོ་དགུ་འབྱུང། མར་སྤིང་ཟ་ལ་ལོ་དགུ་འབྱུང། ཟན་སྤིང་ཟ་ལ་  
 ལོ་དགུ་འབྱུང། རིལ་མང་གི་མཁར་བཙིག་པ་ལོ་དགུ་འབྱུང། དེ་ཚག་པ་ཀེ་སར་  
 བསྐྱེབ་མ་བསྐྱེབ། སྤིང་མཁར་ཅེ་དགུ་ཤལ་མ་ལ་གུར། ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གུ་མ་ཁོར་  
 གྱིས་འབྱེར་ས། བྱ་དམར་ལས་བཅུ་ན་ཁོར་གྱིས་བསད་ས། སྤིང་མཁར་གྱི་ནུང་  
 བྱ་ཚང་མ་ཁོར་གྱིས་འབྱེར་ས། ཨང་གར་ལུངས་པ་ཁོར་གྱིས་བཙོན་ལ་བཏང་བ་  
 འབྱེར་ས། དུང་གི་རྩྱིད་བྱ་དང་གསེར་༩། དུང་༩། ཐོ་ལད་བྱད་གསུ། ཉ་ཐོ་ཁ

ལ་མེའབར་ཚང་མ་འབྱེད་སྟེ། ཁྱོད་བསམ་བ་མེད་མཁན་གར་ཡོད། དཔལ་  
ལེང་རང་སྤྱུག་གི་ནང་དུ་ཡོད། དེ་རྒྱལ་ཟེར་དེ། ཡི་གེ་གཉིས་གྲི་ལྟེ། བྱ་གཉིས་  
ཀ་ལ་རེ་རེ་བཀལ་དེ་བཏངས།

བྱ་དེ་གཉིས་ཀས་ཡི་གེ་རེ་རེ་འཁུར་དེ། སྒྲོན་ལ་ཕྱེད་རྩ་ཡུལ་ལ་  
སོང་བས། ཁྱོད་ཤིང་རྒྱལ་ཞིག་གི་ཁ་དགོངས་ལ་ལུས། ཤིང་རྒྱལ་དེའི་གཡོག་  
ལ་སྤྱོད་མོ་མ་བྱ་གཉིས་ཡང་བསྐྱབ་སོང་། དེ་ནས་གཉིད་ཡོག་ཕྱེ་འདུགས་བ་སང་།  
གནས་མ་ལངས་བ་རིག་ལ། སྤྱོད་མོ་འི་བྱ་མོས་ཨ་མ་ལ་ཟེརས། ལྷ་ཨ་མ།  
སྤྱིང་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་དག་ས་གར་ཡོད་རྒྱལ་ཟེརས་པ། ཨ་མས་ཟེརས།  
ལྷ་བྱ་མོ། སྤྱིང་ཀེ་སར་མེད་པ། ང་དང་ལ་ཟ་ཅེས་ལ་དྲོ་ཟ་ནའང་། མི་རོ་ཟ་  
ནའང་ཐོབ་ཕྱེ་ཡིན་ནོ། ཀེ་སར་ཡོད་པ་ནི་ན། ང་དང་བསད་དེ་གན་ལུས་ཡིན།  
སྤྱིང་བའི་མི་ཉན་དེ་ཡོང་ཆེན་ཐུབ་ཅད་དེ་འདུག་ཟེརས་པ། དེ་ནས་བྱ་མོ་དེ་མི་  
ལྷ་རྩ་བརྟམ་པ། སྤྱ་ཡང་མེད་རྒྱལ། བྱ་མོས་ཟེརས། མི་སྤྱ་ཡང་མིན་འདུག།  
ཟེར་འང་ཨ་མ་ཟེརས་པ། ཨ་མས། ཀེ་སར་བདུད་ཡུལ་ལ་སོང་ཕྱེ། རོ་མོ་  
བས་ཟ་བྱས་སྤྱིད་དང་གཉིས་ཀས་ཆོ་ལོ་བཏང་གིན་ཞིག། སྤྱིང་མཁར་དང་ཟན་  
ནོར་ཅི་ཡོད་མཁན་ཚང་མ་ཆོ་ལོ་ལ་བཅུག་ཕྱེ་བས་ཟ་བྱས་སྤྱིད་ལ་ཐོབ་ཆར།  
དག་ས་ཁྱོད་རང་གཉིས་ཀའི་རྩི་མི་དྲིང་ཀུན་བཅུག་ཕྱེ་ཆོ་ལོ་ཅེའད། རྩི་མི་དྲིང་  
ཡང་བས་ཟ་བྱས་སྤྱིད་ལ་ཐོབ་ན་ཀེ་སར་ཡང་ཤི་ཡིན་འགྲོ་ཟེརས་པ། བྱ་གཉིས་  
ཀ་ལ་དེ་རྒྱལ་ཆོར་དེ། ཀུང་ཀུང་ཟེར་དེ། འཕུར་དེ་སོང་། དེ་ནས་ཨ་མ་ལ་  
སྤྱ་ཡོང་ཕྱེ་བྱ་མོ་ལ་རོ་བ་ཆེན་མོ་ཞིག་རྒྱབ་ཕྱེ། བྱ་མོ་དེ་སྤྱིབ་གཅིག་ལ་ཤི་སོང་།  
རོ་བ་དེ་པར་ཐོག་ལ་ཡོང་ཕྱེ། ཨ་མ་ཁྱོད་རང་ལ་ཐོག་ཕྱེ་དྲིང་ན་ཨ་མ་ཡང་ཤི་སོང་།

དེ་ནས་བྱ་གཉིས་ཀ་བདུད་ལྷ་ལ་བཟུང་ཏེ་སོང་བས། བྱ་གཉིས་ཀ་  
 བདུད་ལྷ་ལ་བསྐྱབ་མྱེ། ལམར་གྱི་མདུན་ལ་བསྐྱབ་མྱེ་བཟུངས་པ། ཀེ་སར་དང་  
 བས་ཟ་བུམ་སྦྱིད་གཉིས་ཀ་ཆེ་ལོ་བཏང་གིན་ཞིག། ཡ་ར་ར་བྱ་བྱ་བྱ་ཟེར་རིན  
 ཞིག་ཡོད་ཚུག། བྱ་གཉིས་ཀས་སྐད་ཅིག་བཏངས། དེ་ནས་ཀེ་སར་ལ་སྐད་དེ་  
 ཆོར་ཏེ་ཟེརས་པ། ཉེན་ཆོ་མོ། ངའི་སྤྱིང་ལམར་གྱི་བྱ་ཀུན་གྱི་སྐད་ཅིག་རག་  
 ཟེརས་པ། བས་ཟ་བུམ་སྦྱིད་ཀྱིས་ཁྱིད་ཀྱི་བྱ་དེ་ག་ནས་ཡོད་ཟེར་ཏེ་ཐེབ་ཀྱ་ཙོ་  
 བཏངས། དེ་ནས་བྱ་ཀུན་གྱིས་ཤིང་དང་སྐད་ཅིག་བཏངས་པ། ཀེ་སར་ལ་གསལ་  
 བོ་ཆོར་སོང་། ཀེ་སར་ཁ་ཐོག་ལ་བེང་མྱེ་བཟུངས་པ། བདེན་བ། བྱ་དེ་ནས་  
 ལམའ་ན་ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་ཤིང་དཀར་ཞིག་བཏིང་མྱེ། དེའི་ཁ་  
 བསོན་ག་ཞིག་བོརས། ཤིང་ནག་ཅིག་བཏིང་མྱེ། དེའི་ཁ་གི་ག་ཞིག་བོརས།  
 དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་གྲུ་ཞིག་བཏངས།

ངའི་བྱ་མོ་གཉིས་ཀས་དངོས་གིག་ལ་ཉེན་དང་།

བྱ་དེ་བྱུང་བྱུང་དཀར་མོ་ཀུན་བདག་ལ་གསན།

སྤྱིང་ལམར་བདེ་མོ་ཞིག་ཡོད་ཟེར་ན།

ཤིང་དཀར་ལ་རེ་མྱེ་གསོན་ག་དེ་ཟོ་ལོ།

སྤྱིང་ལམར་བདེ་མོ་ཞིག་མེད་ཟེར་ན།

ཤིང་ནག་ལ་རེ་མྱེ་གི་ག་དེ་ཟོ་ལོ།

དེ་ཟུག་ཟེརས་པ་སང་། བྱ་ཀུན་གྱིས་ཤིང་ནག་ལ་རེ་མྱེ་གི་ག་དེ་ཟོས།

དེ་ཟུག་གསུང་། ཀེ་སར་ཐུན་ཏེ་སེལ་འབྱེལ་སོང་བ། བྱ་ཀུན་གྱིས་ཀེ་སར་རི་



ཁའི་ནང་དུ་བྱ་ཀྱལ་རེ་བཏངས་པ། ཀེ་སར་གྱིས་ཐུན་སངས་ཕྱེ། ལྷ་བྱ་ཁམ་  
ལོག་ཀྱན། ངའི་ཁའི་ནང་དུ་བྱ་ཀྱལ་བཏངས་ཟེར་དེ། ཀེ་སར་མང་པོ་སྐྱབས་སོང་།  
དེ་སྐྱབས་མཁན་ཚང་མ་དེ་ཆོ་མོས་བཏང་མཁན་ནི་ཟས་ངན་ཡིན་པས། ས་ཏོ་  
གོ་མས་ཞིག་གནས་ལ་སོང་། གནས་ཏོ་གོ་མས་ཞིག་ས་ལ་བབས་སོང་། དེ་ནས་  
ཀེ་སར་གྱིས་ཡང་ཐྱུ་འདི་ལྟར།

ངའི་བྱ་ཀྱན་གྱིས་དངོས་ལ་ཉོན་དང་།

བྱ་ཁྱུང་ཁྱུང་དཀར་མོས་བདག་ལ་གསན།

མྱིང་གི་ཤ་སྡིང་མར་སྡིང་བདེ་མོ་ཡོད་ད།

ཕིང་དཀར་ལ་རེ་སྟེ་གསོན་ཤ་དེ་ཟོ།

དེ་ཀྱན་བདེ་མོ་ལ་མེད་ཟེར་ན།

ཕིང་ནག་ལ་རེ་སྟེ་ཤི་ཤ་དེ་ཟོ་ལོ།

དེ་ཐུག་ཟེར་ས་པ། བྱ་ཀྱན་ཡང་ཕིང་ནག་ལ་རེ་སྟེ་ཤི་ཤ་དེ་ཟོས།  
དེ་ནས་ཀེ་སར་ཡང་ཐུན་དེ་ས་ལ་འབྱེལ་སོང་། བྱ་གཉིས་ཀས་ཡང་ཁའི་ནང་  
བྱ་ཀྱལ་རེ་བཏངས། ཡང་ཁམ་ལོག་ཚོར་དེ་ཀེ་སར་སྐྱབས་པ། ཡང་ཟས་ངན་  
སྐྱབས་ཕྱེ། ས་ཏོ་གོ་མ་ཞིག་གནས་ལ་ཁྱེར་ས། གནས་ཏོ་གོ་མ་ཞིག་ས་ལ་བབས་  
སོང་། དེ་ནས་ཡང་ཀེ་སར་གྱིས་ཐྱུ་ཞིག་བཏངས།

ངའི་བྱ་དེས་དངོས་ཞིག་ལ་ཉོན་དང་།

བྱ་ཁྱུང་ཁྱུང་དཀར་མོས་བདག་ལ་གསན།

ངའི་ཆོ་ཆོ་འབྱུག་མ་བདེ་མོ་ལ་ཡོད་ཟེར་ན།

ཕིང་དཀར་ལ་རེ་ཕྱེ་གསོན་ཤ་དེ་ཟོ།

ཇོ་ཇོ་བདེ་མོ་ལ་མེད་ཟེར་ན།

ཕིང་ནག་ལ་རེ་ཕྱེ་གི་ཤ་དེ་ཟོ་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ། བྱ་གཉིས་ཀས་ཕིང་ནག་ལ་རེ་ཕྱེ་གི་ཤ་དེ་ཟོས་པ།

ཀེ་སར་ཡང་ཐུན་སོང་བས། བྱ་གཉིས་ཀས་ཡང་ཀེ་སར་རི་ཁའི་ནང་བྱ་རྒྱལ་  
རེ་བཏངས་སོང་། ཡང་ཟས་ངན་ཚང་མ་སྐྱབས་པས། ས་ཏེ་གོས་ཞིག་གནས་  
ལ་སོང་། གནས་ཏེ་གོས་ཟས་ཞིག་ས་ལ་བབས་སོང་། ཡང་ཀེ་སར་གྱིས་ཐྱུ་  
ཞིག་བཏངས་།

ངའི་བྱ་གཉིས་ཀ་དངོས་ལ་ཉོན་ལོ།

བྱ་བྱང་བྱང་དཀར་མོས་བདག་ལ་གསན།

འབྲུ་དམར་ལས་བཟུན་བདེ་མོ་ཡོད་ན།

ཕིང་དཀར་ལ་རེ་ཕྱེ་གསོན་ཤ་དེ་ཟོ་ལོ།

འབྲུ་དམར་ལས་བཟུན་བདེ་མོ་མེད་ན།

ཕིང་ནག་ལ་རེ་ཕྱེ་གི་ཤ་དེ་ཟོ་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ། བྱ་གཉིས་ཀས་ཕིང་ནག་ལ་རེ་ཕྱེ་གི་ཤ་དེ་ཟོས་པ།

ཀེ་སར་ཡང་ཐུན་སོང་། ཡང་ཁའི་ནང་བྱ་རྒྱལ་རེ་བཏངས་སོང་། དེ་ནས་ཡང་  
ཟས་ངན་ཚང་མ་སྐྱབས་པ། ས་ཏེ་གོས་ཟས་ཞིག་གནས་ལ་སོང་། གནས་ཏེ་གོས་  
ཟས་ཞིག་ས་ལ་བབས་སོང་། དེ་རྒྱལ་གིས་ཟས་ངན་ཚང་མ་བིང་ཚར་དེ་ན།  
བྱ་རྒྱལ་གྱིས་ཡི་གེ་དེ་ཕིང་ཕྱེ་ཀེ་སར་ལ་བཏངས། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་ཡི་གེ་དེ་

གསེལ་དེ། ཚང་མ་ཉ་གོ་ཕྱེ་ཐོ་མ་ལ་ཟེར་ས་པ། རོ་མོ་ངའི་ཉ་དེ་གར་ཡོད་ཟེར་ས།  
 རོ་མོ་མ་ཅི་ཤ། ཁྱོ་རང་ངའི་ཉ་ཅོག་པོ་འདུག། ང་ལ་ལྷ་བཏང་ས། སོ་བཏབ་ས།  
 དེ་ནས་ངའི་ལ་གྱུ་བས་བཏང་ས་པ་ནི་ཟེར་ས།།

## No. 6.

ཀེ་སར་གྱ་རུ་བཅལ་བ་ངའི་ལ་སོང་བས། ཀེ་སར་ངའི་མཐོན་པོ་ཞིག་ལ་  
 བསྐྱེད་མྱེ་བལྟས་པ་སང། ལོ་གཅིག་སོང་མཁན་ནི་ཤི་ལང་ཞིག་དང་གྲུག་སོང།  
 དེ་ནས་ཡང་སོང་བ་སང། ལྷ་བ་དགྲ་སོང་མཁན་ནི་ཤི་ལང་ཞིག་དང་གྲུག་སོང།  
 ཡང་སོང་བ། ལྷ་གཉིས་སོང་མཁན་ནི་ཤི་ལང་དང་གྲུག། དེ་རྒྱག་ལ་ལྷ་འིན་  
 ཞིག་སོང་བ། གྱ་རུ་གངས་དང་གཡའི་མཚས་ས་ལ་བསྐྱེད་མྱེ་ཡོད་ཚུག། ཚོག་  
 མིག་རེ་ལ་སྒྲུ་མིག་རེ་བེད་མྱེ་ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་ཀེ་སར་ལ་གྱ་རུ་མཐོང་མྱེ་  
 འཐད་དེ་གྲུ་ཞིག་བཏང་ས་སོ།།

ངའི་གྱ་རུ་ས་ངའི་དངོས་ལ་ཉན་དང།

ཀྱང་མོད་དབྱེད་པས་བདག་ལ་གསན།

འདི་རིང་ང་ལ་འདོམ་པ་རིག་ཡོད་ལོ།

སྤྱིང་ཡུལ་གཞུང་ལ་ཉོར་དམག་རིག་ཡོངས་དོག།

སྤྱིང་གི་ཤ་སྤྱིང་ཉོར་གྱིས་ཟོས་དོག།

སྤྱིང་གི་མར་སྤྱིང་ཉོར་གྱིས་ཟོས་དོག།

སྤྱིང་གི་ཟན་སྤྱིང་ཚང་མ་ཉོར་གྱིས་ཟོས།

ཨ་ས་འབྲུ་གུ་མ་ཉོར་གུར་དཀར་གྱིས་ཁྱེར་དོག།



དུང་གི་རྒྱུད་བྱ་དེ་ཤོར་གྱིས་བྱིར་དོག།  
 གསེར་ཉ་དུང་ཉ་ཚང་ས་ཡང་བྱིར་ས་ལོ།  
 ཏ་པོ་ཁ་ལ་མེ་འབར་ཡང་ཤོར་གྱིས་བྱིར་ས་ལོ།  
 པོ་ལད་ཀྱི་གྲུང་གཞུ་དེ་ཡང་ཤོར་གྱིས་བྱིར་ས།  
 འབྲུ་དམར་ལས་བཟུན་ཤོར་གྱིས་མདའ་མཉམ་བསད་དོག།  
 ཨང་གར་ལྷངས་པ་དེ་བཙན་ལ་བྱིར་དོག།  
 སྤིང་མཁར་ཚང་ས་ཤལ་ས་གྱུར་དོག།  
 ང་དང་གཉིས་ཀ་ཤོར་ལ་ཀ་ལེ་ལ་ཆེན་ལོ།  
 ཏ་མི་གཉིས་ཀ་གྲུར་དཀར་ལ་ཀ་ལེ་ལ་ཆེན་ལོ།  
 འབྲུད་ན་ཤོར་ལ་ཀ་ལེ་སློག་ཡིན་ལོ།  
 ས་འབྲུད་ན་སྤིང་པའི་གཡོག་པོ་ཞིག་བཙོ་ཡིན་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ་སང། ཐུ་བུ་ལ་སློ་ཡོང་ཉེ་ལན་དུ་ཡང་སྤྱུ་ཞིག་བཏངས།

བྱོད་སྤིང་ཇིད་ཀེ་སར་གྱིས་དངོས་ལ་ཉོན་དང།  
 རྩ་སེམས་མེད་པའི་བོང་བྱས་བདག་ལ་གསན་ལོ།  
 རུ་བ་མེད་པའི་སྤང་བྱས་ང་ལ་ཉོན་དང།  
 སྤིང་མཁར་ཤལ་ས་སྤྱུར་བ་བྱོད་ལ་དག་ས་ཚོར་ར།  
 ཤ་སྤྱིང་མར་སྤྱིང་ཚར་བ་བྱོད་ལ་ད་ཚོར་འདུག་ག།  
 དུང་གི་རྒྱུད་བྱ་འབྱེར་བ་བྱོད་ལ་ད་ཤེས་འདུག་ག།  
 གསེར་ཉ་དུང་ཉ་འབྱེར་ཅེས་དེ་དག་ས་ཚོར་འདུག་ག།

ཇོ་ཇོ་འབྲུག་མཛོད་གྱིས་འབྲིར་བ་བྱོད་ལ་ད་ཤེས་འདུག་ག།

དྭ་པོ་ཁ་ལ་མེ་འབར་འབྲིར་བ་ད་བྱོད་ལ་ཤེས་འདུག་ག།

འབྲུ་དཔར་ལས་བསྐྱེད་བསཏ་ཅེས་ད་ཤེས་འདུག་ག།

ཨང་གར་ལུངས་བ་བཙན་ལ་འབྲིར་ཅེས་ད་ཤེས་འདུག་ག།

ཐུ་བ་ངའི་ཡིད་དུ་ད་ཡོང་འདུག་ག།

ཀྱང་ཤོད་ངའི་ཁ་བར་ད་བྱོད་ལ་ཡོང་འདུག་ག།

བྱོད་ཀྱི་ཇོ་མེས་ང་ནང་ལ་ཆ་ན་ཤིང་རྩར་བརྒྱ་བཀལས།

ང་པི་ལྷ་ལ་པིང་ན་ཐལ་ཁར་བརྒྱ་བཀལས།

ང་ནང་དུ་ཆ་ན་ཐལ་ཁུག་བརྒྱ་ཟམ་བཏངས།

ང་པི་ལྷ་ལ་ཡོང་ཟ་ན་དོང་ཆོང་བརྒྱ་ཟམ་བཏངས།

ཆོག་མིག་རེ་ལ་སྒྲལ་མིག་རེ་འབྲུད་སོང།

རང་སྒོག་འཁྱར་དེང་འདིར་ཤོར་དེ་ཡོངས་པིན།

ང་སྒྲིང་ཡུལ་ལ་འགྲོ་བ་དེ་ཉན་ཅེས་མེད་ལོ།

ངའི་ཁ་བྱོད་རང་ཞོན་བ་ཉན་ཅེས་མེད་ལོ།

བྱོད་སྒྲིང་ཡུལ་ལ་ཆ་ན་འང་སོང་ལོ།

བྱོད་ཤོར་ཡུལ་ལ་ཆ་ན་འང་སོང་ལོ།

ཐུ་བས་དེ་རྒྱག་ཟེངས་བ། ཀེ་སར་ཡས་ཚན་ཞིག་སོང་ཕྱེ། ཡང་ཁ་  
འཇམ་པོ་ཀེ་ལ་དེ་ཐུ་བ་ལ་ཟེངས་།།

ངའི་ཐུ་བྱས་དངོས་ལ་ཉོན་དང་།  
 ལྷ་དྲ་རྒྱུ་མེད་ཀྱིས་བདག་ལ་གསན།  
 བདེན་ད་ཐུ་བྱས་མེད་བདེན་ལོ།  
 འདི་རིང་ང་ལ་འདོམ་པ་ཞིག་ཡོད།  
 དྲ་མི་གཉིས་ཀ་བྱེས་ལ་ཆེན་ལོ།  
 ང་དང་གཉིས་ཀ་རང་ཡུལ་ལ་ཆེན།  
 ཐུ་བྱ་འབབ་ཕྱི་སྟོད་འང་ཐུ་བྱ་ལེ།  
 ལྷ་དྲ་འབབ་ཕྱི་སྟོད་འང་རྒྱུ་མེད་ལེ།

དེ་ཐུག་ཟེར་ས་པ། ཐུ་བྱས་སྟོང་ཆེ་ཚོར་དེ། བབ་ཕྱི་ཡོང་ཕྱི། ཀེ་སར་  
 གྱི་མདུན་ལ་བསྐྱབ་ཕྱི་བཟུས་པ། ཐུ་བྱའི་ཆོག་མིག་རེ་ལ་སྐལ་མིག་རེ་བེང་ཕྱི།  
 ཐུག་དང་ཆུ་གསེར་བེང་ངོན་ཞིག་ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་ཀེ་སར་དང་ཐུ་བྱ་གཉིས་ཀ་  
 མང་པོ་བྱས་པས། ཐུ་བྱས། ཀེ་སར་ལེ། ང་དང་གཉིས་ཀ་ཐུ་འོན་ཞིག་འདུག་  
 ཕྱི་སྟོད་ཡུལ་ལ་མི་བསྐྱབ། རྟོར་ཡུལ་ལ་ཡང་མི་བསྐྱབ། ང་སྟོང་ཡུལ་ནས་  
 ཡོང་ཟེན། ངའི་ཨ་མ་འབྲུ་གུ་མས་བཀལ་མཁན་ནི་སྐལ་སྐྱེན་མཆོག་གཤམ་  
 པའི་ནང་ཡོད། གསེར་དང་དབུལ་གྱི་ཚ་གྲུ་དེ་ན་མཆོག་གཤམ་པའི་ནང་དུ་ཡོད།  
 དེ་བེང་ཕྱི་ཚ་གྲུ་དང་ངའི་ཤུལ་པ་བྲོས། སྐྱེན་དེ་དོབ་ཟེར་དེ་བསྐྱབས་པ། ཀེ་སར་  
 གྱིས་ན་མཆོག་ལ་བཟུས་པ་སང། སྐྱེན་དང་ཚ་གྲུ་ཡོད་ཚུག། དེ་བེང་ཕྱི་སྐལ་  
 པ་ཆང་མ་ཚ་གྲུ་དང་བྲས་བཏངས། སྐྱེན་བཏབས་པ། ཐུ་བྱ་སྟོན་མའི་སང་རྒྱལ་  
 པ་སོང། དེ་ནས་ཁོང་གཉིས་ཀ་མང་པོ་འཐད་གྱིན་ཞིག་གཤམ་བཅོ་ཕྱི་ཐུ་བྱས་  
 ཟེར་ས། རྒྱལ་པོ་ལེ། ང་དང་ཆེ་མའི་ཚ་བསྐྱབ་པ་སང། ཆེ་མོས་ངའི་ཕེ་ལ་



མར་ཟན་ཞིག་གཡོ་ཕྱེ་འབྱོར་ཡིན། དེའི་ནང་དུ་བདུག་ཅིག་བདུག་ཕྱེ་ཡོང་ཡིན།  
 དེ་བོ་ལ་ངས་ལག་མཐོ་བདེང་ཕྱེ། བཅག་ཡིན། ཁྲིམ་ང་ལ་རྒྱང་ཡིན། ཉེ་རང་  
 གིས་རྒྱང་མ་བཅུག་ལེ་ཟེར་དེ། ཁྲིང་དྲ་མི་གཉིས་ཀ་ཁང་པ་ལ་སོངས་པ། ཁྲིང་  
 ཁང་པ་ལ་བསྐྱེབ་མ་ཐག་དུ། རྩོམས་བྱ་བྱ་ལ་མར་ཟན་གཡོ་ཕྱེ་བྱོངས།  
 བྱ་བྱས་ལག་མཐོ་བདེང་ཕྱེ་བྱ་བྱ་བཅག་ཕྱེ་བདེངས། མར་ཟན་ས་ལ་འབོ་ཕྱེ་  
 སོང་བ། ས་ཚང་མ་གནས་ལ་འཁྱུར་དེ་བྱོངས། རྩོམ་འདི་བསམ་པའི་ནང་དུ་  
 འདི་ཆུག་ཡོད་པ། བྱ་བྱ་ལ་བདུག་ཅིག་བདེང་ཕྱེ་གི་བཅུག་ཡིན། བྱ་བྱ་གི་ན་གོ་  
 མར་གླིང་ཡུལ་ལ་ཆ་མི་བྱུང་བསམ་པས། མར་ཟན་དེ་འཕོས་བདེངས་པ།  
 རྩོམ་ལ་སློལ་ཕྱེ། བྱ་བྱ་ལ་རྒྱང་བ་གདུང་མ་ཞིག་འཁྱུར་དེ་ཡོངས་པ། གེ་སར་  
 གྱིས་ཆུམ་ཕྱེ་རྒྱང་མ་བཅུགས།

དེ་ནས་གེ་སར་གླིང་ཡུལ་ལ་ཆ་ཅས་སོང་བས། རྩོམ་དང་བྱ་མོ་གཉིས་  
 ཀ་ས་ང་ཞེ་ཡང་མཉམ་པོ་ཆ་ཡིན་ཟེར་དེ་འབྲངས། རྩོམས་གེ་སར་ལ། བྱ་མོ་  
 དེ་དུམ་སོངས་ལ་དོང་ཟེརས་པ། གེ་སར་གྱིས་ངའི་དཔྱི་ཁ་བྱ་མོ་སྤྱ་ཡང་ཞོན་ཆ་  
 མེན་ཟེརས་པ། དེ་ནས་གེ་སར་སྤོན་ལ་སོང་བ། རྩོམ་དང་བྱ་མོ་གཉིས་ཀ་འབྲང་  
 ཕྱེ་སོང་། རྒྱ་རབས་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་མདུན་ལ་བསྐྱེབ་པས། གེ་སར་གྱིས།  
 རྩོམ་དང་དང་བྱ་མོ་གཉིས་ཀ་ས་དཔྱི་ང་མ་ལ་འཐམ་ཕྱེ་ཡོང་ཟེརས་པ། རྩོམ་  
 ཡིད་ཆེས་དེ་དཔྱི་ང་མ་ལ་འཐམས། བྱ་མོས་ཨ་མ་ལ་འཐམ་ཕྱེ་སོང་། དེ་ནས་  
 རྒྱའི་ནང་ལ་བསྐྱེབ་པ་སང་། བྱ་བྱས་པ་ཞིག་བདེང་ཕྱེ་ན། རྒྱའི་ཆུར་ཀ་ལ་པང་  
 ཕྱེ་བདེངས། གེ་སར་དང་བྱ་བྱ་པར་ཀ་ལ་བསྐྱེབ་སོང་། དེ་ནས་རྩོམ་ལ་ཁྲག་  
 རྒྱང་ཆེན་མོ་ཡོང་ཕྱེ། རང་གི་བྱ་མོ་འཛིན་དེ་ཁྲག་པོ་གཉིས་བཙེ་ཕྱེ་ན་ཟེརས།

བྱིད་ཨ་བ་ཡིན་པ་སང་སྟོད་པོ་ཟེ། ང་ཨ་བ་ཡིན་པ་སང་སྟོད་དེ་ཟེའི་ན་ཟེར་དེ།  
 བྱ་མེའི་སྟོད་པོ་ཕར་ཀ་ལ་ཀེ་སར་ལ་བཏངས། སྟོད་དེ་ཁོ་རང་གིས་ཟེས།  
 དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་སྟོད་པོ་མི་ལ་བསྐྱེད་སྟེ་མཚོད་དེན་ཞིག་བཅས་པ། རྩོམ་ས་  
 ང་རང་མི་འབྱེད་ཅེས་ཡིན་ནོག་བསམ་སྟེ་ཀུ་ཙོ་ཞིག་བཏངས་པ། མི་ཡུལ་ལི་ཀེ་  
 སར་ལ་བྱེད་ཅེས་མི་འདུག། བྱ་བདུད་བྱ་བ་ལག་རིངས་ཟེར་དེ། བདུད་ཀྱི་རོམ་  
 ཁང་གི་ནང་ན་ཀུ་ཙོ་བཏང་སྟེ་ས་འགུལ་ཡོང་བ་མཚོགས་ཀྱི་སྟོད་ཆེན་པོ་ཞིག་  
 བཏངས། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་བསམ། དེ་བདུད་པོ་ལངས་དེ་ཡོང་ཡིན་འགྲོ་  
 བསམ་སྟེ། རྩོམ་ལ་མཐོང་མ་བཅུག་པར། དུ་མི་གཉིས་ཀ་རིབ་གིང་གོན་དེ་  
 ཡོག་སྟེ་ཡོང་སྟེ་བདུད་ཀྱི་རོམ་ཁང་ལ་སྐྱབས་བསྐྱབ་སྟེ། སྟོད་ན་བིང་མི་ཉན་ཅེས་  
 བཅོ་སྟེ་ན། ཁོང་དུ་མི་གཉིས་ཀ་སྦྱིང་ཡུལ་ལ་སོང་།

No. 7.

དེ་ནས་སྦྱིང་ཡུལ་དང་ཉོར་ཡུལ་གཉིས་ཀ་འི་ལས་འབྲེུ་བསྐྱབ་སོང་།  
 ཀེ་སར་གྱིས་བྱ་བུ་ལ་སྦྱོམ་ཞིག་བཏངས་།

ངའི་བྱ་བུས་འང་དངོས་ལ་ཉོན་ལོ།

ཀུང་མོད་དབྱེར་པས་བདག་ལ་གསན།

བྱ་བུ་ཉེ་རང་སྦྱིང་ཡུལ་ལ་སྟོད་ལོ།

བྱ་ཚ་ང་རང་ཉོར་ཡུལ་ལ་ཆ་ཡིན་ལོ།

བྱ་བུ་ཉེ་རང་གནས་སྟོད་མཐོན་པོས་མ་ཆ་ལོ།

གནས་སྟོད་མཐོན་པོས་ཆ་ན་ཉེ་མའི་ཉེ་གཟེར་འཕྲོག་ཆེན།

བྱ་ཅུ་ཉི་རང་གངས་ལྷོད་མཐོན་པོས་མ་ཆ།  
 གངས་ལྷོད་ཀྱིས་ཆ་ན་སང་གའི་སོ་གཟུག་ཡིན།  
 བྱ་ཅུ་ཉི་རང་བྲག་ལྷོད་མཐོན་པོས་མ་ཆ།  
 བྲག་ལྷོད་མཐོན་པོས་ཆ་ན་སྦྱིན་ཆེན་གྱི་ཅུ་ཙོའཔོག་ཡིན།  
 བྱ་ཅུ་ཉི་རང་ཐང་ལྷོད་ཀྱིས་མ་ཆ་ལོ།  
 ཐང་ལྷོད་ཀྱིས་ཆ་ན་སྤང་ཁྲའི་སོ་གཟུག་ཡིན།  
 བྱ་ཅུ་མཚོས་ལྷོད་མཐོན་པོས་མ་ཆ་ལོ།  
 མཚོས་ལྷོད་ཀྱིས་ཆ་ན་ཉ་མེའི་ཤོག་པ་འཔོག་ཡིན།  
 ཁྱི་གཅིག་མི་གཅིག་དང་མ་ཐུག་པ་དུང་གི་བྲེས་ལ་སོང།  
 མཚན་ཐུན་གཅིག་ལ་ཉི་རང་སྤེབ་པ་སོང་ལོ།

དེ་ཟླ་ཟེར་ཉི་བསྐྱབ་ལྟེ་བཏངས་པ། བྱ་ཅུས་བསྐྱབས་མཁན་ནང་  
 ལྟར་ལ་ཡོངས། བྱ་ཅུ་སྤྱིང་མཁར་ལ་བསྐྱབ་ལྟེ་དུང་གི་བྲེས་མི་ཅ་ན་གནས་མ་  
 ལངས་པ་སྐད་ཅིག་བཏངས། སྤྱིང་མཁར་སྤྱང་མཁན་ནི་ཨ་བི་ཞིག་དང་ཆ་བོ་ཞིག་  
 ཡོད་ཚུག་པས། ཁོང་གཉིས་ཀྱི་སྐད་ཆོར་མ་ཐུག་དུ། དཔལ་ལའི་ཅ་སོང་ལྟེ།  
 ཤེད་དང་ཀྱ་ཙོ་བཏང་ལྟེ་ཐུ་ཞིག་བཏངས།

རྒྱ་སྤྱིང་གི་དཔལ་ལའི་དངོས་ལ་ཉོན་ལོ།  
 དཔལ་ལའི་གོད་པོས་བདག་ལ་གསལ་ལོ།  
 འདི་རིང་སྤྱིང་ཀེ་སར་གྱི་དྲ་སྐད་ཅིག་ཆོར་ལོ།  
 ཀྱང་གོད་དཔེར་པའི་སྐད་ཅིག་རང་ཆོར་ལོ།



མི་དེ་མ་བསྐྱེབ་ན་དེ་བསྐྱེབ་སོང་།  
 ཀེ་སར་མ་བསྐྱེབ་ཐུ་བསྐྱེབ་སོང་།  
 འདི་རིང་ཉི་མ་སྤྱན་བདུན་ཤར་ཡིན།  
 བཀངས་སྟོད་མཐོན་པོ་ན་སོང་གི་འགྲུལ་ཡིན།  
 བཀ་སྟོད་ན་སྤྱན་ཆེན་འགྲུལ་ཡིན་ལོ།  
 སྤང་སྟོད་མཐོན་པོ་ན་འབྲོང་ཆེན་འགྲུལ་ཡིན་ལོ།  
 ཐང་སྟོད་ན་སྤང་ཁྱུ་བ་ལ་ཚར་ལོ།  
 ལུང་པའི་མདོ་ན་ལྷ་མོ་ཁྱུ་བ་ལ་ཚར་ལོ།  
 མཚོ་མ་སྟོད་ན་ཉ་མོ་འགྲུལ་བ་ཞིག་མཐོང་ལོ།  
 ལུང་ཐུན་ན་ཅུ་ཐུན་འགྲུལ་བ་ཞིག་མཐོང་ལོ།  
 བྱ་ཐུན་གྱི་སྐད་བྱེ་བ་ཞིག་ཚར་ལོ།  
 རི་ཅུ་མེད་ལ་ཅུ་ཞིག་སྐྱེ་བ་ལ་མཐོང་ལོ།  
 ཤིང་ཐོག་སྐྱེ་བོ་ལ་ཁོལ་སྐྱེ་བ་རིག་མཐོང་ལོ།  
 སྤུལ་ལྷ་མ་ཀེ་སར་གྱི་ཕྱག་བྲིས་བསྐྱེབ་པ་མཐོང་།  
 དཔལ་ལེ་ཉེ་རང་སྤྱུག་ལ་མ་འདུག་བིང་སྟེ་ཡོང་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ། དཔལ་ལེ་ནང་ནས་མགྲོགས་པ་བིང་སྟེ་ཡོང་སྟེ་  
 བུ་ས་པ། དུང་གི་བྲིས་ལ་ཐུ་བསྐྱེབ་སྟེ་ཡོད་ཚུགས། དེ་ནས་དཔལ་ལེས་དུང་  
 གི་བྲིས་བསྐྱེ་སྟེ་བདེ་མོ་བཅོས། སྤྱིང་པའི་མི་ཚང་མ་མང་པོ་འཕྱད་གྱིན་ཞིག་  
 ཐུ་བྲི་སྤྱི་ཚང་མ་སྤྱིན་ལྷ་བས་ལ་མགོ་འུ་ཁ་བཏགས་སྟེ་བོར་ས། དེ་ནས་ཐུ་བྲི་སྤྱི་  
 མདུན་གྱི་ཁ་ཡི་གི་བྲིས་དེ་ཡོད་ཚུགས། དེ་ཡི་གི་ཁྱུ་མོ་དར་གྱི་གོ་ཚད་མ་མེན་བ།

གསེལ་ཅེས་སྤྲུལ་ཡང་མི་ཤེས་པས།      ཡ་གྲ་དཔལ་ལེ་ཁྲ་མོ་ལ་བོས་པ།  
 མཚོ་མའི་འགས་ལ་སོང་ཕྱི་ཁྲ་ཞིག་བཏངས། །

མཚོའི་དཀྱིལ་ན་ཁྲ་མོས་དངོས་ལ་ཉན་དང།  
 ཁྲ་མོ་དར་གྱི་གོ་ཚད་མས་བདག་ལ་གསན་ལོ།  
 འདི་རིང་གི་ཞག་ལ་སྐད་བཟངས་ཤིག་ཚར།  
 སྤྱིང་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་འི་ཁ་བར་ཞིག་ཚར་ལོ།  
 བྱ་ཅ་རྒྱང་ཚོད་དཔྱར་པ་སྤྱིང་ཡུལ་ལ་བསྐྱེབ་ལོ།  
 བྱ་ཅ་འི་མདུན་གྱི་ཁ་ཀེ་སར་གྱི་ཡི་གེ་ཞིག་འདུག་  
 དེ་ཡི་གེ་གསེལ་མཁམ་མི་འདུག་ལོ།  
 དེ་ཡི་གེ་གསེལ་བ་སྤྱོད་རོགས་མཚོད་ལོ།  
 འོ་བ་རྒྱལ་མེད་པ་སྤྱོད་ཁྲ་མོ་མཁམ་ནོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེརས་པ།      ཁྲ་མོ་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་པར།      སྤྱོད་བཅོ་ཕྱི་ལན་དུ་  
 ཁྲ་ཞིག་བཏངས། །

སྤྱིང་གི་དཔལ་བོས་འང་དངོས་ལ་ཉན་དང།  
 དཔལ་ལེ་ཚོད་བོས་བདག་ཅིག་ལ་གསན་ལོ།  
 ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་བདུད་ཡུལ་ལ་སྤྱོད་དེ་ལོ་མང་པོ་སོང།  
 རྒྱང་ཚོད་དཔྱར་པ་བདུད་ཡུལ་ལ་ཕྱིར་ཏི་ལོ་འདི་ཟམ་སོང།  
 ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ལ་གན་འདུག་ལོ།  
 རྒྱང་ཚོད་དཔྱར་པ་ཁྱོད་ལ་གན་འདུག་ལོ།

ཁྱོད་གཉིད་ས་ལོགས་པའི་སྤྲེའུ་ལོ་མེན་ན།

ཁྱོད་ཚང་ས་འབྲུངས་པའི་ར་ལོས་ཤིག་མེན་ན།

དེ་ཟླ་ཟེར་ས་པ་སང། དཔལ་ལེ་ལ་ཡང་སྤོ་ཡོང་སྟེ། ཅུ་ཚེ་ཞིག་  
གི་ནང་དུ་བདུག་སྤྲོན་མང་པོ་བྱུང་སྟེ། མཚོ་འི་ནང་བདེབས་པ། མཚོ་ཚང་ས་  
དག་པོ་འབྲལ་དེ། ཁྲུ་མོ་འི་ཁང་པ་ཞིག་ཅེས་ལ་ཐུག་སོང། དེ་ནས་ཁྲུ་མོ་  
འཛིགས་དེ་མཚོ་འི་ནང་ནས་པི་ལྷ་ཅུ་བོང་སྟེ་ཡོང་སྟེ། དཔལ་ལེ་འབྲིད་དེ་མཚོ་འི་  
ནང་ཁང་པ་ལ་འབྲེར་དེ། ཟེ་ཅེས་ཞིས་པོ་བདང་སྟེ་ཟེར་ས་པ། དཔལ་ལེ་ལེ།  
ཉི་རང་སྤྲོན་ལ་འབྲལ། ང་ཡང་མགྲོགས་པ་ཡོང་ཡིན་ཟེར་ས་པ། དཔལ་ལེས་  
གྲུ་ལ་ཟེར་དེ་སྤྲོན་ལ་ཡོངས། ཞབ་གཅིག་གི་དྲིང་ན་ཁྲུ་མོ་ཡང་ཡོངས། དེ་ནས་  
ཁྲུ་མོས་སྒྲིའི་ཡི་གེ་འཁྲུར་དེ། ཉིས་སྟུ་ཅུ་ཟེར་བའི་རི་མཐོན་པོ་ཞིག་ཡོད་ཚུགས།  
དེ་རིའི་ཁ་ན། ལྷང་ལྷ་ཡུལ། བར་བཅན་ཡུལ། འོག་ཁྲུ་ཡུལ། ཚང་ས་མཐོང་  
ངད་ཚུགས། དེའི་ཁ་ཡི་གེ་དེ་འབྲེར་དེ། ཁྲུ་མོས་ཤིང་དང་སྒྲ་ཆེན་པོ་བཏོན་ནས།  
ཡི་གེ་གསེལ་གྱིན་ཁྲུ་ཞིག་བདངས།

སྤང་ལྷ་ཡུལ་གྱི་ལྷ་དམག་དེ་དམག་ལ་སྒྲོད་ལོ།

ལྷ་དམག་གི་དམག་མགོ་ལ་དབང་པོ་བྱེད་ཞིན་སྒྲོད་ལོ།

བར་བཅན་ཡུལ་གྱི་བཅན་དམག་དེ་དམག་ལ་སྒྲོད་ལོ།

བཅན་དམག་གི་དམག་མགོ་ལ་ཨ་མ་རྒྱུ་བ་བདུན་སྒྲོད་ལོ།

འོག་ཁྲུ་འི་ཁྲུ་དམག་དེ་དམག་ལ་སྒྲོད་ལོ།

ཁྲུ་དམག་གི་དམག་མགོ་ལ་ཁྲུ་གྲུ་ལྷོགས་པོ་སྒྲོད་ལོ།



སྤྱིང་དཔལ་བོ་འི་དམག་མགོ་ལ་དཔལ་ལེ་སྟོན་བོ་སྟོན་ལོ།

སྤྱིང་གི་བྱ་མོ་འི་དམག་མགོ་ལ་དཔལ་མའི་ཨ་ཕྱག་སྟོན་ལོ།

སྤྱིང་གི་སྤྱི་མའི་དམག་མགོ་ལ་སྟོབ་དཔོན་ཅེ་དག་སྟོན་ལོ།

སྤྱིང་གི་མེན་དམག་གི་དམག་མགོ་ལ་བེ་ནག་སྟོན་ལོ།

སྤྱིང་གི་མགར་བའི་དམག་མགོ་ལ་ཀ་རོག་ཡང་འཛིན་སྟོན་ལོ།

སྤྱིང་གི་བེ་དའི་དམག་མགོ་ལ་བེ་ད་ཀྱང་རིངས་སྟོན་ལོ།

བྱ་ཚ་དབྱག་རྩོམ་སྟོར་བྱུང་དམག་ལ་སྟོན་ལོ།

བྱ་མོ་འཕང་འཁར་བྱུང་དམག་ལ་སྟོན་ལོ།

རང་གྲགས་ཡོད་མཁན་གྱིས་རང་གྲགས་འཁར་དེ་ཡོང།

རང་གྲགས་མེད་ན་སྤྱིང་མཁར་ནས་འཁར་དེ་བྱོང།

རང་དྲ་ཡོད་མཁན་གྱིས་རང་དྲ་ལ་ཞེན་དེ་ཡོང།

རང་དྲ་མེད་མཁན་གྱིས་མཁར་གྱི་དྲ་ལ་ཞེན་དེ་ཡོང།

བྱིད་ཚང་མ་ཤོར་ཡུལ་ལ་ཡོང་ལོ།

ང་ཤོར་ཡུལ་ལ་སྟེན་ལ་ཆེན་ལོ།

དེ་ཟླག་ཟེར་དེ། ཡི་གེ་གསལ་དེ་ཚང་མ་ལ་ཉ་གོ་བཅུགས་ནས།

ཁྱ་མོ་ལོག་ཕྱི་མཚོའི་ནང་དུ་སོང། བྱ་རུ་ཡང་ལོག་ཕྱི་ཀེ་སར་གྱི་ཅར་སོང།

དེ་ནས་ཕྱིང་ལྷ་ཡུལ། བར་བཅན་ཡུལ། འོག་ཁྱ་ཡུལ། སྤྱིང་ཡུལ་ཚང་མ་ལ་

དམག་བསྐུལ་བདེང་ཕྱི། ཕྱིང་ཕྱག་མང་བོ་འཛིན་ཕྱི་ཤོར་ཡུལ་ལ་སོང།

ཞག་བདུན་འགྲུལ་དེ་ན། ཨ་ནེ་བཀྱར་དམན་སོས་ཀེ་སར་ལ་ཟེརས།

ལྷ་བསམ་མེད་ཀེ་སར་འདི་ཟམ་དམག་མང་པོ་འབྱེད་དེ་ཉོར་བསད་པ་མི་ཉྱེ།  
 དམག་ཚང་མ་སློབ་མྱེ་དོང་། ཁྱིད་རང་གཅིག་པོས་ཐབས་བཙུ་སྟེ་སོང་མྱེ་ཉོར་  
 སོད་ཟེར་ས་པ། ཀེ་སར་གྱིས་དམག་ཚང་མ་ལོག་མྱེ་བཏངས། ཨ་གུ་ཁྲི་  
 ཐུང་ལ་རྒྱགས་འཁུར་བ་འགྲུལ་ཟེར་ས། ཨ་གུ་ཁྲི་ཐུང་གིས་ཁྲིང་མཁར་ལ་རྒྱལ་  
 ལ་མ་བལྟས་པས། འབྲུ་དམར་ལམ་བལྟན་ལ་ཉོར་གྱིས་དཔའ་འཕོག་ཟེ་ན།  
 ཐབས་མ་བཙུ་བ་ཤེད་དང་འཕུད་བཏངས་པའི་མི་ལ། འབྲུ་དམར་ལམ་བལྟན་གི་  
 བཅུགས། ཁྲོ་རང་གིས་དེ་བུ་གསུམ་གོན་ས། ཁྲི་ལ་ཁྲོག་དམར་གསུམ་  
 བཏགས། ཉལ་དྲི་བ་ཤིལ་གསུམ་བཏགས། དེ་ཚང་མ་ཅིའི་མི་ལ་བཏགས་  
 ཟེར་ན། གཅིག་ནི་རང་གི་ཐོབ་ཡིན། གཅིག་ནི་ཁྲེས་ཁྲེས་མི་ཁྲེས་མཁར་ཐོབ་  
 པའི་བཀྲ་ཤིས་ལ་ཡིན། གཅིག་ནི་ཀེ་སར་བདུད་ལུལ་ལ་སྟོར་བའི་བཀྲ་ཤིས་  
 ཡིན་ཟེར་ས་པ། ཀེ་སར་ལ་སྟོ་ཡོང་མྱེ། དེའི་མི་ལ་རྒྱགས་ཁལ་བཙུ་བཏང་  
 བཀལ་དེ་བྱེར་ས། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས། ཁྲོ་ལ་ཅེས་སི་མི་ལ་བྱེ་མའི་ལམ་  
 ནས་འགྲུལ་བཅུགས། ཞག་བདུན་འགྲུལ་དེ་ན། ཁྲི་ཐུང་གིས་སྟོན་བཙུ་  
 ཟེར་ས། ཀེ་སར་ལ། འདི་གྲོད་པ་ལ་རྒྱར་མོ་ཡོང་ང་རག་ཟེར་ས་པ། ཀེ་སར་  
 གྱིས་གྱི་ཆེན་མོ་ཞིག་ལ་སྤར་བཏངས། ཁྲི་ཐུང་གིས། དེ་གྱི་ལ་སྤར་བཏང་མྱེ་  
 ཅི་བཙུ་ཡིན་ཆ་བོ་ཟེར་ས། ཀེ་སར་གྱིས། ཨ་གུ་རང་གི་གྲོད་པ་ལ་རྒྱར་མོ་ཡོང་  
 ན་སྤར་ཁ་བཏང་ཡིན་ཟེར་ས་པ། ཁྲི་ཐུང་ལ་གྱི་ཆེན་མོ་མཐོང་མྱེ་འཛིགས་དེ།  
 འདི་རྒྱར་མོ་པན་ཆར་ཆ་བོ་ལེ་ཟེར་ས། དེ་ནས་ཡང་སོང་བ། ལ་མཐོན་པོ་ཞིག་  
 གི་མདུན་ལ་བསྐྱབ་སོང་བས། ཡང་ཁྲི་ཐུང་གིས་སྟོན་བཙུ་ཟེར་ས། འདི་  
 མགོ་ལ་རྒྱར་མོ་ཡོང་ང་རག་ཆ་བོ་ཟེར་ས་པ། ཀེ་སར་གྱིས་དཔའ་འཕོག་ཅིག་

བཅོམྱེའོངས། ཁྲའི་ཐུང་གིས་ཟེརས། དེ་དཔའ་དང་ཅི་བཅོམྱེའོངས་ཆ་བོ་ཟེརས།  
 ཀེ་སར་གྱིས། ཨ་ག་རང་གི་མགོ་ལ་རྩར་མོ་ཡོང་ན། མགོ་དེ་ཁ་མེ་ཞིག་  
 བཏང་ཡིན་ཟེརས་པ། ཡང་ཁྲའི་ཐུང་འཛིགས་དེ་ད་རྩར་མོ་པན་དེ་མི་རག་ཆ་བོ་  
 ལ་ཟེརས། དེ་རྩག་གི་ནགས་མང་པོ་བསྟནས་པ་སང། ཨ་ནི་བཀུར་དམན་མོ་  
 ལ་སྟིག་པ་ཚོར་དེ་ཀེ་སར་ལ་ཟེརས་པ། བྲ་ཀེ་སར་གྱུ་པོ། ཁོ་ལ་ནགས་  
 བསྟན་དེ་པན་ཐོགས་ཅི་ཡང་མི་ཡོང། ཁྲའི་ཐུང་ཕྱིར་སྟོག་དོང་ཟེརས་པ། དེ་ནས་  
 ཀེ་སར་གྱིས་ཁྲའི་ཐུང་གི་ན་མཚོག་ལ་འཐུས་སྟེ་ན། སྒྲིང་ཕྱལ་ལ་སྟེབས་ཤིག་  
 ཟེར་དེ་འཕངས་བཏངས་པ། ཁྲའི་ཐུང་སྟིབ་ཅིག་ལ་སྒྲིང་ཕྱལ་ལ་བསྟེབས་སོང།



## CAPTURE OF 'aBRUGUMA BY THE KING OF HOR.

### ABSTRACT OF CONTENTS.

#### 1.

The King of Hor had no wife, and therefore sent two wise ravens to all countries to find him a wife. He heard that king Kesar had left the land of *gLing* and decided to steal 'aBruguma. All the Agus had gone to the 'cold valley' for sport. Only Agu *Khrai mgo khrai thung* was in the castle *lDem ldemmi ldem*. He was wearing two hats, and his dog had two red collars.<sup>1</sup> The reason for this was that, according to his belief, Kesar had got lost, and he himself had become the lord of *gLing*. Lady 'aBruguma had a terrifying dream, in which she saw herself carried away by water and fire, and Agu 'aBu *dmur lam bstan* killed by the king of Hor. When she asked the lot-casting witch about the meaning of this dream, the witch said that the dream was neither very good nor very bad, and went to her own house.

#### 2.

'aBruguma's maid-servant went to fetch water, and, on the other shore of the lake, she saw *Shankramiru*, who was at the head of the army of Hor. *Shankramiru* asked the servant to tell him the names of the strong castle, the hero, the quick horse, the fierce dog, the wise lady, the paternal deity, the maternal deity, the sword, the arrow, and the spear.

The servant was frightened and ran away without making any reply. 'aBruguma scolded her for being late, and said she would not allow her to walk three steps further, nor to say three words (of excuse). However, she allowed her to say three words, and the servant reported what she had seen. Now 'aBruguma took the servant's dress and went away to find out herself. *Shankramiru* asked her the same questions, and 'aBruguma said: Formerly the strong castle was *gLing mkhar*,

---

<sup>1</sup> In Kesar's journey to China this Agu is wearing three hats, and the dog has three collars. I am informed that Kesar's journey to China ought to be told after the defeat of the king of Hor.

now it is *lDem ldemmi ldem mkhar*; formerly the hero's name was Kesar, now it is *'aBu dmar lam bstan*; formerly the quick horse's name was *rkyang rgod dbyerpa*, now it is *sNgorog pon pon*; formerly the name of the fierce dog was *γSer ling*, now it is the bitch *lTom dkar*; formerly the name of the wise lady was *'aBruguma*, now it is *dPalmai astag*; formerly the paternal deity's name was *Kerzong snyanpo*, now it is *Rab lha*; formerly the maternal deity's name was *bkur dman rgyalmo*, now it is *Drag lha rgyalmo*; formerly the name of the sharp sword was *rDoba chodma*, now it is *Mig siri ral gri*; formerly the name of the swift arrow was *γser mdā mjug rings*, now it is *mdā dkarpoi lam bstan*. Then the lady went back to the castle, and *Shankramiru* to the army of Hor.

The Agus who had come back from the 'cold valley,' decided in a counsel that they should go in turns to spy. They lighted fires for each of them, and said that the fire of him who was to be killed would expire. At night they all went to the encampment of Hor and stole all the horses of the enemy.<sup>1</sup> *'aBu dmar lam bstan*, being a child, was not able to follow the other Agus, and nothing was left for him but a three-legged horse. When the light of the next morning appeared, he covered his head with the *ribshing* (the invisible cap, *Nebelkappe*, of German mythology) and became invisible.

Meanwhile the two ravens, which had been sent by the king of Hor to find him a wife, came back and reported: They had gone to *Lhayul*; *dBangpo rgyabzhin* had three daughters; one of them was dumb, the other blind, and the third deaf. There was neither food for man nor horse, and the road bad. Then they had gone to *Klu yul*; also *lYogspo* had three daughters, one limping, the other had stiff hands, and the third a big belly. Then they had gone to *Bar btsan*; mother *Skyabs bdun* had three daughters, the first had a crooked nose, the second a bald head, and the third a long neck. Finally they had gone to *gLing*. *'aBruguma* was beautiful, her upper half golden, the lower half turquoise, and her hair golden.<sup>2</sup> Because also supplies for men and horses could be obtained in the *gLing* land, and the road was good, *'aBruguma* would be a suitable wife for the king of Hor. Kesar was lost in the devil's land, *Agu dPalle* had grown old, and the other Agus had gone to the 'cold valley.' The ravens had even found a bone and some beer-yeast for their food in the land of *gLing*.

When *'aBu dmar* heard the speech of the ravens, he killed them,

<sup>1</sup> This is the only incident of horse-stealing in the Tibetan version. The Mongolian version has numerous stories of this kind; they may be national history of the Mongolians.

<sup>2</sup> According to tale No. V, *'aBruguma's* hair is black.



using his stick as a sling. The king of Hor, who could not see the Agu, was astonished to see his ravens fall down from the empty sky. He buried them, and Agu 'aBu dmar lam bstan lead his three-legged steed before the Agus. Here he was ridiculed so much that he allowed his three-legged horse, which in reality was the magic horse of the king of Hor, to run back to the encampment of Hor.

*Shankramiru* mounted the magic horse and rode before the tents of Agu dPalle and Agu 'aBu dmar lam bstan. Both Agus frightened him through their ability in shooting. The first shot the middle one of three flying pigeons so that it fell on *Shankramiru's* crupper; the other destroyed *Shankramiru's* crupper with an arrow; because on a day, which happened to be a Musulman as well as a Tibetan holy day, he was not willing to fight. Therefore *Shankramiru* uttered a certain sound, which made all the stolen horses run after the magic horse, and in this way the horses of Hor were recovered.

Because all the Agus were [again] in the 'cold valley,' the army of Hor went first to the *gLing* castle, and then to the castle *lDem ldemmi ldem*. Only lady 'aBruguma and Agu *Khrai thung* were left. The latter invited the army to a tournament and to enjoy the stores of meat and butter and lady 'aBruguma. Then the army of Hor went again to *gLing*. (The castle *lDem ldemmi ldem* is apparently outside the land of *gLing*.)

## 3.

'aBruguma took up arms and tried to fight the army of Hor; but she was frightened by the war-cry of the enemies who suspected her of being a woman. She had to submit and become the wife of the king of Hor, but refused to leave her home until the stores of meat and the stores of butter were exhausted, and a castle, which by an arrow's length neither touched the sky nor the earth, was built of sheep-dung. In this way she gained twenty-seven years.<sup>1</sup>

When all the conditions were fulfilled, 'aBruguma gave her dress to her servant, and the king of Hor went off with the servant, believing her to be 'aBruguma. 'aBruguma remained in the house-stable of *gLing*, hidden beneath horse-dung and a copper-kettle. The king of Hor was advised by an old woman to go back once more to the land of *gLing* and have a horse-race in the stable. At this occasion 'aBruguma's hair became entangled with the feet of a horse, and she was discovered and carried away. Now Agu *Khrai thung* made a feeble attempt to fight the army

---

<sup>1</sup> According to the Sheh-version, the king of Hor has to procure a kiang, a wild yak, and a wolf, and in this way three years are gained.



of Hor. He killed one hundred men, but was frightened away by the war-cry, raised by the army. *Agu Anggar ltsangpa* was carried away and put into prison.

## 4.

'*aBu dmar lam bstan*, before setting out to fight the army of Hor, asked *Agu dPalle's* advice, in particular, whether it would be better to use old arms or new ones. *Agu dPalle* advised him to use old arms, and to imitate the lion, the fox, and the crow in fighting; never to go to the left of a sword-man, nor to the right of a rifle-man. One important advice he had forgotten to give: never to drink water direct with his mouth, and never to take off his coat of mail; for although the body of '*aBu dmar* was of steel, there was a spot of the size of a mirror under his shoulder which was of flesh. '*aBu dmar* killed half the army of Hor and re-took '*aBruguma*. When taking her back on his horse, he was overpowered with sleep, and *Shankramiru*, who followed them, could secretly speak to '*aBruguma*, and ask about '*aBu dmar's* vulnerable spot. '*aBruguma's* heart was inclined in love to the king of Hor, and she advised *Shankramiru* to ride on in front of them, and hide himself in the lower room of a water-mill. When '*aBruguma* arrived there with '*aBu dmar*, she persuaded the boy to have a rest, take off his coat of mail and drink some water. The boy who did not suspect evil, did according to her advice, and, when drinking, was shot in the fleshy spot by *Shankramiru*. Now '*aBruguma* and *Shankramiru* overpowered him and left him there.<sup>1</sup>

Soon after *Agu dPalle* arrived at the mill and resolved to avenge '*aBu dmar lam bstan*. Although the boy implored him to heal him first, *Agu dPalle* went off and killed *Shankramiru*. He filled *Shankramiru's* skin with sand, placed the skin on *Shankramiru's* horse and sent it off in the direction of the army of Hor. There this spectacle caused a great consternation, but the king of Hor and '*aBruguma* arrived safely in the Hor land.

Meanwhile *Agu Khrai thung* had arrived before '*aBu dmar* and torn out the arrow. Because the point of the arrow was barbed, the heart was torn out too. When *Agu dPalle* came back, there was no hope left of saving '*aBu dmar's* life; but before dying, '*aBu dmar* said the following: In the valleys towards east, south, west and north, there are

<sup>1</sup> The story of '*aBu dmar lam bstan* is extremely similar to that of Siegfried in German mythology. The corresponding points are the following: Both use a cap to make themselves invisible; both have a vulnerable spot underneath the shoulder; both are killed when drinking water and when tired out; in both cases it is a woman who reveals the vulnerable spot to the enemy, although from different motives. --

herds of horses, goats, yak-cows, and sheep respectively. In the balconies towards east, south, west, and north, there are a golden mill, a bundle of pearls, a copper-dog, and a pearl-white lamb, respectively. Make three portions of all these articles : one for the restoration of the *gLing* castle, one for me (*aBu dmar's* burial ?), and one for king Kesar. Kesar will come back and re-take *aBruguma*. This shall be her punishment : For three years lucerne is to be sown on her head<sup>1</sup> ; for three years she is to tend goats ; for three years sheep ; for three years cattle ; for three years she is to be everybody's servant ; and for three years water-carrier.

Then *aBu dmar lam bstan* died, and *Agu dPalle* burnt him on a high hill. During the time of mourning *dPalle* would not eat more than a spoonful of flour a day.

## 5.

*Agu dpalle* was called up by the grand-mother of the end of the village, who told him to send two storks with a message to Kesar. After the storks had been fed and washed well, and practised until they could fly nine times round the castle of *gLing*, they were sent off with a letter each. The night they spent on the top of a high tree, at the bottom of which two ogresses, mother and daughter, had their night-quarters. Towards morning the daughter was sent about to see if anybody was near. As nobody could be seen, the mother told the daughter some secrets about Kesar. Kesar was playing at dice with *Bamza bumskyid*. He had lost everything and would soon lose his life in the game ; then nobody would be left to hinder the ogres from eating horse-flesh and human-flesh. Suddenly the storks said *Kung kung*. The mother who knew that the birds had listened, was so angry with the daughter, that she hurled a huge stone at her head. But the stone rebounded back and hit also the mother. Thus both died.

When Kesar, who was playing at dice, heard the voice of the storks, he ran away from the game and said to the birds : If you are the bringers of good news from the *gLing* castle, the stores of *gLing*, lady *aBruguma* and *aBu dmar lam bstan*, roll about on the white carpet and eat fresh meat ! If not, roll about on the black carpet and eat the flesh of carcasses ! In answer to all questions, the birds went to the black carpet and ate the flesh of carcasses. Kesar fainted each time, but the birds went on his mouth and dropped their excrements

<sup>1</sup> This is probably one of the few recollections from the time when *a Bruguma* was still a personification of the earth.



in it. Kesar woke up at once and vomited. The advantage of this treatment was, that all the poison which *Bamza bumskyid* had given him, came out, and full memory was restored to him. The poison caused a plot of ground of the size of a saddle-cloth to fly up to the sky, and a similar plot of sky to fall to the earth. Kesar asked where his horse was, and the *Dzemo* said that it had been sent to the hills on account of his bad behaviour.

## 6.

Kesar went to seek his horse and found him near the ice and slate. He expressed his wish to start at once, but the horse refused on account of his sore back which was due to the cruel treatment by *Bamza bumskyid*. The horse advised Kesar to make use of the medicines and lancet put in his ears by mother 'aBruguma. When they were applied, the horse became stronger than ever before.

Because the horse knew before-hand that *Bamza bumskyid* would offer him butter with poison, he knocked the basin out of her hand, and Kesar hindered the lady when she wished to beat the horse with a huge beam.

Now they rode off; but *Bamza bumskyid* with her daughter, whom she had born to Kesar, ran behind. When riding through a deep water, *Bamza bumskyid* seized the horse's tail and followed. The horse suddenly kicked and threw her and the daughter back to the shore. *Bamza bumskyid* was so angry that she killed her daughter, and offered the upper half to Kesar for food. The lower part she devoured herself. Kesar built a stûpa for the upper half.

*Bamza bumskyid* ran to *Khyaba lagrings* (the devil's) grave, and howled into it. In consequence of this there was an earthquake. Kesar, making himself invisible, hurried to the grave, and recited strong magic spells, until it was impossible for the devil to leave his grave.

## 7.

When Kesar and the horse arrived at the frontier between *gLing* and Hor, Kesar sent the horse to *gLing*, urging it to hasten on, and not to travel by the sky, nor by the glaciers, nor by high rocks, nor by the high plain, nor by the lake, to escape from harm which might be caused by the creatures living there. When the horse was discovered in *gLing*, neighing before his shell-manger, the grand-mother and her grand-daughter cried for *Agu dPalle*, saying: To-day Kesar's horse arrived, to-day the sun will rise, on the glacier the lion will walk about, on the rock the big ibex and on the meadow the big yak; the wolves were heard howling on the plain, and the foxes in the valley; in the lake the fishes were seen



moving, in the side-valleys water was seen flowing, the voice of the little birds was heard; on the bare hill grass was seen growing, buds were seen on the dry fruit-trees; a letter from king Kesar has arrived. Oh *dPalle*, do not remain in sadness!<sup>1</sup>

*dPalle* came and cleaned the manger for the horse; all people gathered some hair of the horse and adorned their heads with it, as a means of acquiring a blessing.

A letter was found on the fore-part of the saddle, but only the *Nāgi Dargyi gochodma* was able to read it. When *dPalle* told her the joyful news, she would not believe it. *dPalle* had to throw poison into the lake and with difficulties persuaded her to come out and read the letter publicly. The *Nāgi* went to the top of the hill *Tissuru*, from whence *lHa yul*, *Bar btsan yul* and *Klu yul* could be seen. This letter contained the general call to arms.<sup>2</sup> The following were called:—

The armies of *lHa yul*, *Bar btsan yul* and *Klu yul* with their respective kings; the *Agus* of *gLing* with *dPalle* at their head; the lamas of *gLing* with *rTse dgu* at their head; the *Mons* (caste of carpenters) of *gLing* with *Penag* at their head; the smiths of *gLing* with *Karog yang 'adzin* at their head; the *Bhedas* (caste of musicians) of *gLing* with *rKang rings* (long-leg) at their head; the boys skilled in using the sling; and the girls skilful in the use of the spindle. Whoever had provisions and a horse, was to use them; who had none, was to receive them at the *gLing* castle.

This army had marched after Kesar for seven days, when suddenly *Ane bkur dmanmo* arrived, and told him to dismiss the host, and to fight the king of Hor alone. All went back; only *Agu Khrai thung* was loaded with 18 bushels of provisions as a punishment for his misdeeds, and had to carry them for Kesar. When he was tired, Kesar would sharpen a knife or light a fire, to cure him in a rude way. But *Ane bkur dmanmo* did not like the sport and ordered Kesar to send the *Agu* home too. Kesar seized him by his ears and threw him back, so that he arrived in the *gLing*-land in a moment.

<sup>1</sup> If this song does not refer to the arrival of spring, I do not know to what else. Perhaps I shall be charged with having forged this song, or certain lines in it. But I hope that somebody will take the trouble and ascertain that this song is actually known to the people of Lower Ladakh.

<sup>2</sup> This song is of a special interest, as it appears to contain the actual ancient Tibetan call to arms.

# VOCABULARY AND COMMENTS.

## 1.

པ་ཀལ་ཇེ། *pahallde*, name of the king of Hor.

འབྲང་ཤེས། *'abyangshes*, possessing pure wisdom.

སྟི་ལས། *snyi lam*, = *rmi lam*, dream.

མོན་ཁན་མོ། *mon khammo*, = *mo mkhammo*, a woman who casts lots.

ཆུ་སྒྲ། མེ་སྒྲ། *chu sna, me sna*, 'the nose of water and fire'; i.e., the foremost part of them.

པ་ད་ཅེ། *phad tse* or *phad tsä*, coarse sackcloth.

དར་ཡུག། *dar yug*; not 'narrow strips,' but a large piece of silk without seam.

མོ་རི། *mo rdi*, dice for casting lots.

འབྱི་དགོས། *'abyi dgos*, = *'abyin dgos*, what is proper to be offered.

## 2.

ཆུ་འཐུན་མོ། *chu 'athunmo*, or—'*athummo*; or—'*athumma*, the maid-servant who fetches water.

བསང་ཆུ། *bsang chu*, respectful for 'water.'

ཆུ་ཀར། *chu kar*, pail.

དཔལ་མའི་ཨ་སྟག། *dpalmai astag*, name of a wise woman of *gLing*; she is the female *Agu*.

རབ་ལྷ། *rab lha*, name of the intermediate paternal deity.

བླ་མ་རྒྱལ་མོ། *drag lha rgyalmo*, name of the intermediate maternal deity.

མིག་སི་རི། *migsiri*, name of a famous sword.

མདའ་མོ་གསེར་མདའ་མུག་རིངས། *mdāmo yser mdā mjug rings*, 'golden arrow, long tail,' name of an arrow.

མདའ་དཀར་པོའི་ལས་བསྟན། *mdā dkarpoi lam bstan*, 'white way-leader,' name of an arrow.

ཤཀ་ཀ་མི་རུ། *shankramiru*, name of the captain of the army of Hor.

དམག་རང། *dmag rang*, = *dmag brang*, encampment; compare Lad. Grammar, Laws of Sound, No. 3.

མ་ནོན་བ། *ma nonba*, not being able to follow (*lit.* press on the people before him).

རིབ་ཤིང། *rib shing*, in full *grib shing* (Laws of Sound, No. 3), the invisible cap (*Nebelkappe*) of Tibet. Who puts it on his head becomes invisible.

ཉི་ལིང། *hiling*, astonished, surprised.

ཏན་བྱང། *handrang*, = *han ldang*, dumb.

ཞར་བ། *sharba*, blind, in West Tibet.

རྒྱུ། *rgud*, deaf.

སྤང་མ། *sbangma*, grains of barley that remain in beer.

སོག་ལྷི། *sog ldi*, stick to throw stones with.

ཁུར་ཅེས། *urces*, to fly.

མདུན་གུ། *mdun gru*, fore-part of the saddle.

ཤུཀུར་ཤིང་ཤེར། *shukur shing sher*, name of a Mussulman festival.

མངས། *mangs*, = *mang*, much, many.



## 3.

པ་ལོ། *palo*, all the hair tied into a single knot.

གཞིང་མད། *γ zhid mad*, or *γzhis mad*, wife.

ཁ་ཤས། *kha shas*, several.

བདག་སྐྱེ། *btag skye*, neck-bracelet.

ཁ་རྩུབ་ལ། *kha zubla*, or *kha sbubla*, turned upside down.

རྩུངས། *zungs*, = *zung*, a pair.

དུ་བག། *tubag*, = *tupag*, rifle.

## 4.

བུབ་ཅུ་འཐུང་ཅས། *bub chu 'athungcas*, drink water out of a brook, by bending down to it.

གན་ནི་རོགས་བྱ། *ganni rogsbu*, a thick coat of mail, made of iron, chains.

སྤུབ་སྟེ། *spubste*, putting on the hind-part of the horse.

ཆང་གཡོག། *chang yyog*, below the shoulder.

རན་འཐག། *ran 'athag*, = *rang 'athag*, mill.

ཕན་ཅས། *phancas*, to heal, become well.

སོ་རོག་གི་བོན་བོན། *sngoroggi pon pon*, 'black-blue with tassels,' name of dPalle's horse.

དྲར་ཆད་དྲར་ཆད། *drar chad drur chad*, cutting quite through.

ཞིབ་མོ། *zhibmo*, sandy, of fine sand.

ཐལ་སྤུབ། *thal sub*, or *thal thsub*, dust.

ལེབས་ཅས། *lebscas*, jump (especially on a horse).

ཞིག་སོབ། *zhig sob*, healing from destruction, restoration.

རབ་སལ། *rab sal*, balcony.

ཀྲུག། *krugu*, ball of yarn.

མུག་ཤེས། *mug shes*, knowing how to bark (of a dog).

འབྲག་ཤེས། *'abrag shes*, knowing how to shear (a sheep).

སྟོང་ཀོ། *nthong kol*, slave of the whole community; i.e., whosoever sees her may take her for his work.

ཐུར་མངས། *thur mangs*, = *thurma*, spoon.

## 5.

ཁྲུང་ཁྲུང་དྭཀར་མོ། *kh rung kh rung dkarmo*, stork; thus it is apparent that also in the Sheh-version, the birds coming from the south are not birds of prey but storks. They will fit much better in a myth of the seasons.

ཅུབ་ཅད་དེ། *cub cadde*, silent.

རྩི་བི་དྲིང། *rtsibiting*, risk of neck or life.

ཀུང་ཀུང། *kung kung*, voice of the storks.

ཨ་ར་ར་ཨ་རུ་རུ། *arara ururu*, rattling of dice.

རེ་ཅས། *recas*, roll about.

མུན་སང་ཅས། *mun sangcas*, awake from fainting.

ཅི་ཤེ། *ci she*, = *ci shes*, who (what) knows?

ཕྱ་བརྟང་ཅས། *phra btangcas*, to kick.

## 6.

ཤི་ལང། *shi lang*, horse-dung.

ཚིག་མིག། *thsig mig*, the depressions between the elevations of the spine.

ཀ་ལེ། *kale*, revenge.

བཀོལ་དེ། *bkolte*, speaking [soft language].

གཡོ་ཅས། *gyocas*, cook.

ལག་མཐོ་བདང་ཅས། *lag mtho btangcas*, to rear up (of horses).

ལུ་རུ། *lduru*, perhaps the same as *rdullu*, little stone-pot.

འཕོ་ཅས། *'aphocas* pour out; causative of *'aboba*.

ཁྲག་རླུང། *khrag rlung*, anger (lit. blood-wind).

རོམ་ཁང། *rom khang*, or *ro khang*, grave.

## 7.

མཚན་ཐུན། *mhsan thun*, perhaps the same as *thun mthsams*, at day-break.

ཉི་མ་སྟུན་བདུན། *nyima spun bdun*, 'the sun, the seven brothers,' the seven Haritas.

ཤིང་ཐོག། *shing thog*, here in the sense of 'fruit-tree.'

ཁོལ། *khol*, bud of leaves.

ཀྲེ་སར། *Kyesar*; it is remarkable that here the form of *Kyesar* actually occurs, instead of *Kesar*. Many people in Lower Ladakh pronounce the hero's name in this way.

དར་གྱི་གོ་ཆོད་ས། *dargyi go chodma*, name of a *klumo*; in the Sheh-version the name of *'aBruguma's* handmaid is *Dar lha go chodma*.

སྤུབ་ལོ། *slab lo*, speaking as if in a dream.

རྒྱང་ཅས། *rgyangcas*, to fill.

དིས་སུ་རུ། *tissuru*, name of a hill.

པོ་ནག། *penag*, name of the captain of the Mon-army.



ཀ་རོག་ཡང་འཛིན། *Karog yang 'adzin*, name of the captain of the army of smiths.

རྐང་རིངས། *rkang rings*, 'long-leg'; name of the captain of the Bheda-army.

སྒྲ་བཏང་ཅས། *sar btangcas*, sharpen [a knife].

སྒྲ་ཁ་བཏང་ཅས། *starkha btangcas*, to open [a vein].

དཔ། *dpā*, tinder.

ཞུ། *zhul*, a ball of food (to be thrown into the mouth).

ཀེ་སར་གྱིས་ཉོར་པ་ཉལ་ལྷེ་བདུལ་ཅེས་ཀྱི་སྒྲུངས་ནིང་།

No. 1.

༄༅ ། དེ་ནས་ཀེ་སར་གཞིག་པོ་ཅི་ཉོར་ཡུལ་ལ་སོང་། ཀེ་སར་ཆོར་  
མང་གི་ཆོགས་མང་པོ་ཡོད་པའི་ས་ཁུང་ཅིག་ལ་བསྐྱེད་པ། ལམ་ས་ཐོབ་པ་  
བཀགས་པོ་སོང་ནས། སྒྲོན་ལམ་ཞིག་བདེ་བ་ལྟེ་ཟེར་ས། མགར་བ་ཀ་རིག་ཡང་  
འཛིན་དང་ཡང་མགར་བ་ཆང་ས་སོལ་བའི་པི་ལ་སྐྱེད་ཤིག་ཟེར་ས་པ། མགར་  
བ་ཆང་ས་ཡོང་ལྟེ་སྐབ་ཅིག་ལ་སོལ་བ་བསད་དེ་བྱིར་ས་པས་ལམ་ཐོབ་ལྟེ་སོང་།  
དེ་ནས་ཡང་གསེད་ཀྱི་ཆོགས་ཆེན་མོ་ཞིག་དང་བྱུག། དེ་ཅུ་ཡང་སྒྲོན་ལམ་ཞིག་  
བདེ་བ་ལྟེ་ཟེར་ས། རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མའི་འཁོར་ཡོག་ཆང་མའི་པང་ཤིང་ལ་གྱུར་  
ཅིག་ཟེར་ས་པ། སྐབ་ཅིག་ལ་བྱ་མོ་མང་པོ་ཡོང་ལྟེ་པང་ཤིང་ལ་བྱིར་དེ་མེད་མཁན་  
བཅོས། དེ་ནས་ཡང་སོང་པ་སང་། མ་ལུང་གི་ཆོགས་ཆེན་མོ་ཞིག་གི་མདུན་ལ་  
བསྐྱེད་སོང་། ཡང་སྒྲོན་ལམ་ཞིག་བདེ་བ་ལྟེ་ཟེར་ས། འདི་མ་ལུང་ཆང་ས་གླིང་  
གི་དཔའ་བོ་ཆང་མའི་མདའ་ཤིང་ལ་གྱུར་ཅིག་ཟེར་ས་པ། དེ་མཆོགས་ཆང་ས་  
ཡང་མེད་མཁན་སོང་། དེ་ནས་ཡང་སོང་བ། འུས་བུའི་ཆོགས་ཆེན་མོ་ཞིག་  
གི་མདུན་ལ་བསྐྱེད་སོང་བས། ཡང་སྒྲོན་ལམ་བདེ་བ་ལྟེ་ཟེར་ས། འདི་འུས་བུ་  
ཆང་ས་དཔལ་མོ་འདི་ཙམ་སྒྲུག་གི་མདུང་གི་ཡུ་བ་ལྷན་ཅིག་ཟེར་ས་པ། སྐབ་ཅིག་  
ལ་མེད་མཁན་སོང་། དེ་རྩྭ་གིས་ལམ་ཐོབ་སོང་།

དེ་ནས་སྤར་གྱི་ལའི་མདུན་ལ་བསྐྱེད་སོང་། སྤར་དོ་གོས་ཟམ་ཞིག་  
ཡོད་ཚུགས། སྤར་དེའི་ཁ་བདག་ལྟེ། ཀེ་སར་རང་ཕུ་བྱངས་གཞིག་ནང་མགོ་

བོངས། ལྷ་ལྷངས་གཅིག་ནང་། ཀང་བ་བོང་དེ། གཉིད་ལོག་མྱེ་འདུགས།  
 ལྷ་གཉི་ཁྲི་བྱ་གང་གི་འོ་མ་ཡོད་ཚུགས། དེ་ངས་འཐུང་མྱེ་ཅི་འགྲངས་ཡིན་  
 བསམ་མྱེ་མ་འཐུང་བ་འདུགས། ལྷ་ལྷངས་དེ་སྤང་པོ་མཚན་ཆེ་རེ་ཅུ་ལྷངས་ཅུ་ལྷངས་  
 བཅོ་འིན་ཞིག་འདུགས། དེ་ནས་ཨ་ནེ་བཀྱར་དམན་མོས་ཀེ་སར་སྤྱིང་ཅན་  
 འདུག་ག་མི་འདུག་ཆོད་བཟླ་མྱེ། ལྷང་ཁྲ་ལྷ་བཅུགས། ལྷང་མཆུག་ན་ཤུ་ཅི་  
 བརྒྱལ་བཅུགས། གཡའ་མངས་ཆང་མ་ལ་ཤོག་སྤྱི་བེང་བཅུགས། རིལ་སང་  
 ཆང་མ་ལ་ཀང་ར་བེང་བཅུགས། ཡང་སྤྱད་སྤྱ་གསུམ་བརྒྱ་དུག་བཅུ་པིངས།  
 སྤོན་ལ་ཀེ་སར་སང་པོ་འཛིགས་སོང་། ཉིང་ན་འོ། ཨ་ནེ་བཀྱར་དམན་མོས་  
 མཚན་མཁན་ཞིག་ཡིན་འགོ་བསམ། ཨ་ནེ་ལ་སྤྱི་ཞིག་བཏངས།

ཨ་ནེ་བཀྱར་དམན་མོ་འི་ཚུལ་ནང་མི་ངན་ཞིག་འདུག་ལོ།

བཀྱར་དམན་གྱི་ལ་མོ་འི་ཚུལ་ནང་མི་ངན་ཞིག་འདུག་ལོ།

ལྷང་སྤོད་ན་སྤྱང་ཁྲ་ཞིག་ལྷ་བཅུགས་ལོ།

ལྷང་སདོ་ན་ཤུ་ཅི་ཞིག་བརྒྱལ་བཅུགས་ལོ།

རིལ་སང་ཀང་མེད་ཀྱི་ཀང་ར་ཞིག་ཆོར་ལོ།

གཡའ་མངས་ཤོག་མེད་ཀྱི་ཤོག་སྤྱི་ཞིག་ཆོར་ལོ།

ཨ་ནེ་བའི་ཚུལ་ནང་བདུད་སྤྱད་ཅིག་རག་ལོ།

བཀྱར་དམན་མོ་འི་ཚུལ་ནང་འདྲེ་སྤྱད་ཅིག་རག་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་རིན་ཞིག་མགོ་པིང་མྱེ། བཟླས་པ་སང་། ལྷ་ལྷངས་དེ་  
 སྤང་དོ་གོས་ཟོད་པོ་ཟོ་མྱེ། འགྲང་མྱེ་ཡོད་ཚུགས། ཀེ་སར་གྱིས་ཀྱང་ལྷ་གཉི་  
 ཁྲི་བྱ་གང་གི་འོ་མ་དེ་འཐུངས་པ། འགྲངས་དེ་ཡང་དེ་ན་ཟོད་ཅིག་ལྷངས།



དེ་ནས་གནས་ཡངས་ཏེ་བཟུངས་པ། བྱ་ཆེས་མི་ཆེས་ཅི་ཡང་མེད་ཚུགས། སྤར་གྱི་  
ལ་དེ་ས་མཐོན་པོ་ཞིག་ཡོད་པས། ཀེ་སར་གྱིས་ཨ་ནེ་བཀྱར་དམན་སོ་ལ་སྟོད་  
བྱ་ཞིག་བཏངས། །

ངའི་ཨ་ནེས་འང་དངོས་ཤིག་ལ་ཉན་དང།

བཀྱར་དམན་རྒྱལ་མོས་འང་བདག་ལ་གསན་ལོ།

ངའི་ཨ་ནེ་བའི་ཕྱག་ལ་མི་ཉན་ཅེས་ཡང་མེད་ལོ།

བཀྱར་དམན་སོ་འི་ཕྱག་ལ་མི་གྲུབ་ཅེས་ཡང་མེད་ལོ།

སྤར་གྱི་ལའི་ཁ་ཅ་སྤང་ཁ་ཆུག་རྩུ་ཆད་དེ་ལུས་ཏེ་འདུག།

ཨ་ནེ་བཀྱར་དམན་སོས་རོགས་ཤིག་རང་མཛད་ལོ།

སྤར་གྱི་ལའི་སྤྱང་དུ་པོ་རོག་ནག་ཆུང་ཆད་དེ་ལུས་ཏེ་འདུག།

བཀྱར་དམན་རྒྱལ་མོས་ཁོ་ལ་རོགས་ཤིག་རང་མཛད་ལོ།

སྤར་གྱི་ལའི་ཁ་ན་ཆུང་ཁ་ཁ་དམར་སོ་ཆད་དེ་ལུས་ཏེ་འདུག།

ཨ་ནེ་བཀྱར་དམན་སོས་ཁོ་ལ་རོགས་ཤིག་མཛད་ལོ།

སྤར་གྱི་ལའི་མུག་ན་ཤ་སོ་འཛོལ་ལི་ལུས་ཏེ་འདུག།

བཀྱར་དམན་རྒྱལ་མོས་ཁོ་ལ་རོགས་ཤིག་མཛད་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ། ཀེ་སར་གྱི་མདུན་པོ་ལ་ཤ་ཅེ་ཞིག་ཡོང་སྟེ་ཡོད་ཚུགས།

ཀེ་སར་གྱིས་ཤ་ཅེ་ལ་འདོད་དེ་བྱིར་ས་པ་སང། ཤ་ཅེ་འཁོར་རིན་ཞིག་སོང་བ།

ཀེ་སར་ཡང་དྲིང་རང་ཞུགས་ཏེ་སོང་བ་ལ་དེ་མཁྱོགས་པ་འབྱེལ་སོང།

དེ་ནས་ཡང་ཞག་བདུན་འགྲུལ་ཏེ་སོང་བ། སྤལ་ལུང་ལས་སྤངས་

ཡོད་ཚུགས། དེ་ཅ་སྤལ་ལ་གསུམ་གྱིས་ཆོ་ལ་ཅེ་འིན་ཞིག་ཡོད་ཚུགས། མི་སྤལ་

ཡོང་ན་ལྟ་ཅེས་སི་ཕི་ལ། ཉི་ཕི་ཞིག་ཤར་ཀའི་མགོ་ལ་ཤར་ཉི་ཡོད་ཚུག། ཀེ་སར་  
 གྱིས་རིབ་ཤིང་གོན་ཉི་སོང་བ། ཉི་ཕི་དེ་ལ་ཀེ་སར་ཡོང་ཅེས་མགོང་ཕྱི་འཁོར་རད་  
 ཚུག། སྤལ་ལུ་ཀུན་ལ་མ་མགོང་བ། ཀེ་སར་ཉི་མོ་རིག་ལ་བསྐྱེབ་པ་སང་།  
 ཉི་ཕི་ཐོབ་མང་པོ་འཁོར་བས། སྤལ་ལུ་ས་བརྩས་པ། མི་སྤུ་ཡང་ཡོང་ཅེས་མ་  
 མགོང་བས། སྤལ་ལུ་གཅིག་ལ་སྤོ་ཡོང་ཕྱི། ང་ཞས་ཆོ་ལོ་ཅེ་ཅེས་ལ་ཁྱོ་རང་ས་  
 འཕད་མཁན་ཡིན་ནོག་ཟེར་དེ། ཉི་ཕི་ཁྱོང་ཕྱི་སྤན་ལ་བཏོང་ཕྱི་བོར་ས། དེ་ནས་  
 སྤལ་ལུ་འི་མདུན་ལ་ཀེ་སར་བསྐྱེབ་ཆར། དེ་སྤལ་ལུ་ཀུན་རྩམས། སྤལ་ལུ་ཆང་  
 ཀ་འཛིག་ས་དེ་ཀེ་སར་ལ་སེམས་ཀྱི་བཅོས་ཕྱི་ཐུ་ཞིག་བཏངས།

གྱི་རྩམ་ཀེ་སར་དང་ཐུག་པ་དེ་རྒྱ་མ་ལན་ཅིག་ཡིན་ལོ།

ཐུལ་རྒྱ་ཞིག་མེད་པ་གདུང་གདུང་རིག་རག་ལོ།

ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་དང་མཇལ་བ་མང་པོ་འཕད་ལོ།

ཐུལ་རྒྱ་མེད་པ་ནི་སེམས་ཆོར་རིག་རག་ལོ།

དེ་རྒྱག་ཟེར་ས་པ་ཀེ་སར་ཡང་འཕད་དེ་ཟེར་ས། ང་དང་ཆང་ཀས་ཆོ་  
 ལོ་ཅེ་ཡིན་ཟེར་དེ་བཅེས་པས། སྤལ་མེ་ཁྲོལ་འཛོམ་མོ་ཆོ་ལོ་འི་མིག་ནང་དུ་  
 ཞུགས་ནས། ཀེ་སར་ལ་ཆོ་ལོ་མ་ཡོངས་པས། སྤལ་ལུ་ལ་ཆོ་ལོ་ཡོང་ཕྱི།  
 ཀེ་སར་གྱི་ཟན་ནོར་ཆང་ས་སྤལ་ལུ་ཁྱོང་ས། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་གླིང་མཁར་  
 བཅོགས། སྤལ་ལུ་སྤལ་ཁང་གུ་བཞི་བཅོག་ཕྱི་བཏངས་པ། གླིང་མཁར་ཡང་  
 སྤལ་ལུ་ལ་ཐོབ་སོང་། ཡང་ཀེ་སར་གྱིས་ཀྱང་ཁོད་དཔྱིར་པ་བཅོགས། སྤལ་  
 ལུ་ཡང་དེ་ཞིག་བཅོག་ཕྱི་བཏངས་པ། ཀྱང་ཁོད་དཔྱིར་པ་ཡང་སྤལ་ལུ་ལ་ཐོབ།

དེ་དྲིང་ན་ཀེ་སར་གྱིས་ཇོ་ཇོ་འབྲུག་ལ་བཅུགས། སྤལ་ལུས་སྤལ་མོ་ཁྲོལ་ལེ་  
 མོ་བཅུགས། ཇོ་ཇོ་ཡང་སྤལ་ལུ་ལ་ཐོབ། དེ་རྒྱལ་ཀེ་སར་གྱི་ནོར་ཚང་མ་ནོར་  
 བྱ་རིགས་ཚང་མ་སྤལ་ལུ་ལ་ཐོབ་སོང། དེ་ནས་ཅི་འང་མ་ལུས་པ་སང། རང་  
 གི་ཅི་བུ་དྲིང་བཅུག་ལྟེ་ཅི་ཡིན་ཟེར་དེ་བཅུས། དེ་ནས་ཨ་ནེ་བཀྲར་དམན་མོས་  
 བསེར་སྤང་བཞིག་ལ་རྩུ་ལྟེ། ཀེ་སར་གྱི་ན་མཆོག་གི་ནང་དུ་སོང་ལྟེ་ཟེར་སྤལ།  
 ལྷ་སྤངས་ཅན་ནི་སྤངས་མེད། ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ། སྤོས་ཅན་ནི་སྤོས་མེད་ལྟེ་  
 བྱ་ཀེ་སར། སྟོང་བའི་ཁབ་པོ་འཕུད་དེ་རང་གི་ཆོ་ལོ་འི་མིག་དེ་བྱས། སྤལ་  
 ལུ་ཆོ་ལོ་བོར་དེ་ཉི་རང་གི་དུང་ཆོལ་དེ་ཅུས་ཟེར་སྤལ། ཀེ་སར་གྱིས་རང་གི་དུང་  
 ཆོལ་དེ་ཕིང་ལྟེ། སྟོང་བ་ནས་ཁབ་ཕིང་ལྟེ་ཆོ་ལོ་འི་མིག་དེ་བྱས་པ་སང། སྤལ་  
 མོ་ཁྲོལ་འཛེས་དེ་ཆོ་ལོ་འི་མིག་ནང་ནས་བིང་ལྟེ། ཨ་ནོ་ནོ། ངས་ཤེས་ཡིན་ན་མི་  
 ཤེས་ཆོད་བལྟས་པ་ཡིན་ཟེར་རིན་ཞིག་བིང་ལྟེ་ཡོངས། དེ་ནས་ཅི་བུ་དྲིང་བཅུག་  
 ལྟེ་ཀེ་སར་གྱི་དུང་ཆོལ་དེ་བཅུས་པས། ཅི་བུ་དྲིང་དེ་ཀེ་སར་ལ་ཐོབ་སོང། དེ་ནས་  
 སྤལ་ལུ་ཀྲན་ལ་བེར་ཀ་ཆོས་ཤིང་ཁྲ་སྤྱག་ཅིག་ཡོད་ཚུགས། སྤལ་ལུ་ཀྲན་གྱིས་ཀེ་  
 སར་ལ་མགོན་ཞིག་བཏང་ཡིན་ཟེར་དེ། དེ་ཆོས་ཤིང་པོ་ལ་ཐུ་ཞིག་བཏངས།

སྤལ་ལུ་ངའི་ཆོས་ཤིང་ཁྲོད་དངོས་ལ་ཉན་དང།

ཆོས་ཤིང་ཁྲ་སྤྱག་གིས་བདག་ལ་གསན་དང།

དེ་རིང་ཀེ་སར་ལ་མགོན་ཞིག་རང་ཕྱལ་ཡིན།

སྤྲིང་རྒྱལ་ལྷ་མ་ཆེན་མོ་ལ་སྐུ་མགོན་ཞིག་ཕྱལ་ཡིན།

ཁྲོད་ཆོས་ཤིང་ཁྲ་སྤྱག་དེ་རྒྱ་ནག་ཡུལ་ལ་སོང་ལོ།

རྒྱ་ནག་ཡུལ་ནས་གོ་ཤིན་འབྲུག་འབྲིས་མ་ཁྲོང་ལོ།



ཚེས་ཤིང་བྱིད་དབྱས་གཙང་གཞུང་ལ་སོང་ལོ།  
 དབྱས་གཙང་གཞུང་ནས་ཐ་ལགས་མོ་ཞིག་བྱིང་ལོ།  
 ཚེས་ཤིང་བྱིད་རང་ཡར་བྱིན་གཞུང་ལ་སོང་ལོ།  
 ཡར་བྱིན་གཞུང་ནས་ཉེར་དྲ་བྱིང་བྱིང་ཞིག་བྱིང་ལོ།  
 ཚེས་ཤིང་བྱིད་རང་ལ་དུགས་གཞུང་ལ་སོང་ལོ།  
 ལ་དུགས་གཞུང་ནས་ཉེར་བྱ་སྒྲ་ཚེགས་བྱིང་ལོ།  
 ཚེས་ཤིང་བྱིད་རང་སྤུལ་དེ་ཡུལ་ལ་སོང་ལོ།  
 སྤུལ་དེ་ཡུལ་ནས་ཉལ་མན་པ་ཉིང་བྱིང་ལོ།  
 ཚེས་ཤིང་བྱིད་རང་བྱ་རིག་ཡུལ་ལ་སོང་ལོ།  
 བྱ་རིག་ཡུལ་ནས་བྱོ་དཀར་མན་ཟེ་ཞིག་བྱིང་ལོ།  
 ཚེས་ཤིང་བྱིད་རང་ཁ་ཐུལ་གཞུང་ལ་སོང་ལོ།  
 ཁ་ཐུལ་གཞུང་ནས་འབྲས་དཀར་ཨོལ་ལོ་བྱིང་ལོ།  
 དེ་ཚང་མ་བྱིང་སྟེ་གྲུལ་པོ་ལ་མགོན་བཙུན་ལོ།  
 དེ་ཚང་མ་སྤུས་དེ་ཀེ་སར་ལ་མགོན་ཞིག་བཙང་ཡིན།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་པ་སང་ཚེས་ཤིང་དེས།      ཟེར་མ་ཐག་དེ་ཚང་མ་དུས་  
 གཅིག་ལ་བྱིངས་པས། དེ་ནས་དེ་རྒྱལ་མང་པོ་ཡོད་ཅེས་ཤིས་ཏེ། ཀེ་སར་གྱིས་  
 གསོལ་མཚན་གཅིག་བཙང་སྟེ་ཐུ་འདི་ལྟར།།

མཉམ་པོ་སྤྱིས་པའི་ལྷ་ནམས་ལ་མཚན་དོ།

མཉམ་པོ་སྤྱིས་པའི་ཁྲ་ནམས་ལ་མཚན་དོ།

ས་རྩ་ཀྱང་ཐོང་སྟན་པོ་ལ་མཆོད་དོ།  
 ས་རྩ་བཀྱར་དཔན་རྒྱལ་མོ་ལ་མཆོད་དོ།  
 སྤང་རྩའི་དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་ལ་མཆོད་དོ།  
 བར་བཅན་གྱི་ཨ་མ་སྐུ་བ་མདུན་ས་ལ་མཆོད་དོ།  
 འོག་ཁུའི་ཁུ་རྒྱལ་ལྗོག་པོ་ལ་མཆོད་དོ།

དེ་རྒྱལ་གསལ་མཆོད་བཏངས་པ་སང་། དེ་ཚང་མ་མེད་མཁན་སོང་།  
 དེ་ནས་སྤལ་མོ་ཁྱོལ་ལེ་མོས་ཀེ་སར་ལ་ཁུ་ཞིག་བཏངས།།

སྤྱིང་ཀེ་སར་རྒྱལ་བོས་དངོས་ལ་ཉོན།  
 ཁྱིེ་སྤལ་པའི་རྒྱལ་བོས་བདག་ལ་གསན།  
 སྤྱིང་གི་སྤྱིང་མཁར་འཁྱར་དེ་ཉིད་ལ་བག་སྤྱིས་བཙོ་ཡིན།  
 བུ་བྱ་རྒྱུ་ཆོད་འཁྱར་དེ་ཀེ་སར་ལ་བག་སྤྱིས་རྩམ་ཡིན།  
 རོ་རོ་འབྱུག་མ་འཁྱར་དེ་ཉིད་ལ་བག་སྤྱིས་རྩམ་ཡིན།  
 རྩམ་ལྷེས་མི་ལྷེས་མཁར་འཁྱར་དེ་བག་སྤྱིས་ཤིག་རྩམ་ཡིན།  
 སྤྱིང་གི་ནོར་བུ་ཚང་མ་འཁྱར་དེ་ཀེ་སར་ལ་བག་སྤྱིས་རྩམ་ཡིན།  
 སྤྱིང་མཁར་ཅེ་དགུ་བསིལ་མོ་ཞིག་ཡིན། ཉིད་ཀྱིས་དབྱར་ས་ཅོས།  
 སྤལ་ཁང་གུ་བཞི་གོན་མོ་ཡིན། ཉིད་ཀྱིས་དགུན་ས་ཅོས་ལོ།  
 སྤལ་ལྷ་དུང་དུང་ཉིད་ཀྱི་གཡོག་པོ་དེ་ཅོས་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་པ་སང་། ཀེ་སར་གྱིས་ལན་དུ་ཁྱུ་འདི་ལྟར་བཏངས་སོ།  
 སྤྱིང་མཁར་ཅེ་དགུ་དེ་མི་དགོས་ཁྱིེ་ཀྱིས་ཁྱིེ་ལོ།  
 ཀྱང་ཆོད་དབྱར་པ་དེ་མི་དགོས་ཁྱིེ་ཀྱིས་ཁྱིེ་ལོ།

རྩོམ་འབྲུག་མ་དེ་མི་དགོས་ཁྱིད་ཀྱིས་ཁྱིད་ལོ།

ཐེམ་ཐེམ་མི་ཐེམ་མཁར་མི་དགོས་ཁྱིད་ཀྱིས་ཁྱིད་ལོ།

སྒྲིང་གི་ནོར་བུ་ཚང་མ་མི་དགོས་ཁྱིད་ཀྱིས་ཁྱིད་ལོ།

དེ་ཚང་མ་ཁྱིད་ལ་ཐོབ་མཁན་གྱི་ནོར་ཡིན།

ང་ལ་ཐོབ་པའི་ནོར་དེ་ཁྱིད་ཀྱི་ཅི་བུ་དྲིང་དེ་ཡིན།

ང་རང་ལ་ཐོབ་མཁན་ནི་ཅི་བུ་དྲིང་པོ་ཡིན།

དེ་རྒྱལ་ཟེངས་པ། སྤལ་ལྷ་མང་པོ་འཛིགས། སྤལ་ལྷ་ས་ཡང་ལན་  
དུ་སྒྲུ་ཞིག་བཏངས་སོ།

སྒྲིང་རྒྱལ་རྣམ་ཆེན་མོས་དངོས་ཤིག་ལ་ཉན་དང་།

ཁྱིད་སྤལ་པའི་རྒྱལ་པོས་བདག་ལ་གསན་ལོ།

སྤལ་ལྷ་ང་མ་བསད་སྤལ་ལྷ་ང་བོར་ན་གྱིལ་ལོ།

དུང་དུང་ང་མ་བསད་དུང་དུང་བཞོལ་ན་གྱིལ་ལོ།

ཀེ་སར་ཉིད་ལ་པན་ཐོགས་ཤིག་ཡོང་ཡིན་ལོ།

བྲག་ཚ་བུ་དུང་དུང་ལ་སྤལ་ལྷ་མེད་ན་མི་ཉན་ལོ།

རྩོམ་ས་པར་ནས་པར་ལ་སྤལ་ལྷ་ང་མེད་ན་མི་ཉན་ལོ།

ང་མ་བསད་ཉིད་ཀྱི་ཞབ་ཤི་ཞིག་བཅོལ་ཡིན།

དེ་རྒྱལ་ཟེངས་པ། ཀེ་སར་ཡང་འཐད་སོང་ཕྱི། སྤལ་ལྷ་དང་གཉིས་  
ཀས་གཏམ་ཆད་བཅོལ་ཕྱི། སྤལ་ལྷ་ཀེ་སར་དང་མཉམ་པོ་སོང་།།



དེ་ནས་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་བྲག་ཚ་ཕྱ་དུང་དུང་ལ་བསྐྱེད་སོང་བ། བྲག་དེ་  
ལ་ད་སྒོ་ཡོད་ཚུགས། ད་སྒོ་དེ་ཆུག་ཉེ་མ་ཕྱིས་པས། སྤྲལ་ལུས་ཟེར་ས་པ།  
ལྷ་བྲག་སྒོ། སྤྲལ་ལུང་ཡོང་ཆུག། བྲག་སྒོ་དེ་ཕྱེ་ཕྱེ་བོར་ཟེར་ས་པ། བྲག་སྒོ་  
དེ་ཕྱིས་པས། ཀེ་སར་གྱིས་ཀྱང་མོད་དཔེར་པ་ལ་ཞོན་དེ་མགྲོགས་པ་སྒོ་འི་ནང་  
ནས་སོང་བ་སང་། བྲག་སྒོ་དེ་ལ་ཀེ་སར་ཡིན་པ་ཤེས་དེ་མགྲོགས་པ་ཞུགས་ཕྱི་  
ཡོངས་ནས། ཐུ་བུ་འི་ང་མ་བྲག་པར་ནང་དུ་འཁྲད་སོང་བས། དེ་ནས་ཉོར་གྱི་  
ཐུ་གྲུ་གསེ་རལ་ཅན་དང་གཡུ་རལ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་མགོ་དེ་བྱོང་ཆད་བཅོས་པ་  
དེ་འི་ང་མ་དེ་ཕུད་བཅངས།

དེ་ནས་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་སོང་བ་སང་། རྡོ་བ་ས་པར་ནས་པར་དུ་བསྐྱེད་  
སོང་། དེ་ཅུ་བསྐྱེད་པ་རྡོ་བ་ཚང་མ་པར་གྱིན་སྤྲུག་ནས་ལ་ཆའད་ཚུགས། སྤྲལ་ལ་  
འབྱད་གྱིན་ཡོད་ཚུགས། དེ་ཅུ་ཡང་སྤྲལ་ལུས་ཟེར་ས། ལྷ་རྡོ་བ་ཚང་མ་སྤྲལ་ལུ་  
ང་ཡོང་ཆུག་ཟེར་ས་པ་སང་། རྡོ་བ་ཚང་མ་མལ་མལ་ལ་འདུགས།

དེ་ནས་ཡང་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་སོང་བས། ཁོང་འབྲོང་ཀ་ར་ཁམ་པའི་  
ཅར་བསྐྱེད། དེ་འབྲོང་ཡང་ཉོར་གྱི་ལས་པ་ཡིན། དེ་ཅུ་སྤྲལ་ལུ་སྒོན་ལ་སོང་ཕྱི་  
འབྲོང་ལ་ཟེར་ས་པ། ལྷ་འབྲོང་ཀ་ར་ཁམ་པ། ང་ལ་ཀེ་སར་གྱིས་ནག་བཙུན་  
འདུག་ཟེར་དེན། སྤྲལ་ལུ་ཤོར་སོང་། འབྲོང་ལ་དེ་ཆུག་ཚར་དེ་མགྲོགས་པ་  
ཡོང་ཕྱི་། ཀེ་སར་དང་ཐུ་བུ་གཉིས་ཀྱི་གསོན་དེ་ལ་མིད་བཅངས། ཀེ་སར་དམི་  
གཉིས་ཀྱི་འབྲོང་གི་གོད་པའི་ནང་དུ་ཞག་ཁ་ཅིག་ལུས་དེ་འདུགས། དེ་ནས་ཨ་  
ནི་བཀྱར་དམན་མོས་ཀེ་སར་ལ་ཟེར་ས་པ། ལྷ་བསམ་པ་མེད་མཁན་ནི་ཀེ་སར་

གྲུལ་པོ། ཁོ་རང་འབྲོང་གི་གྲོད་པའི་ནང་དུ་ནས་ཚུགས་པ་འདུག་ཆེན། ཁྱོ་རང་  
ལ་དུག་པ་ཅན་གྱི་གྲུ་མེད་ད། གོ་ལད་དགར་པོ་འི་ཕྱེབ་ཅུང་མེད་ད། གོ་ལད་  
དགར་པོ་འི་ཕྱེབ་ཅུང་དང་ལྷུ་བ། དུག་པ་ཅན་གྱི་གྲུ་དང་ཅོད། ཅིག་ལོག་ཕྱོགས་  
ནས་བེད་ཕྱེ་ཡོང་། འབྲོང་གི་སྒྲིང་དེ་བཅད་དེ་འཁུར་དེ་ཡོང་། དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ།  
ཀེ་སར་གྱིས་གྲོད་པའི་ནང་ནས་ཐུ་ཞིག་བཏང་ས།།

ཁྱ་འབྲོང་ཆེན་ཀར་ཁས་པས་དངོས་ལ་ཉེན་ལོ།

འབྲོང་གྲོད་སང་གྲོན་མོ་མི་རག་ལོ།

འབྲོང་ཤ་བས་སང་ཞིས་པོ་མི་རག་ལོ།

འདི་རིང་སྒྲིད་སྒྲིད་ཅིག་སྒྲིད་མི་ཤེས་ལོ།

འདི་རིང་མཚོགས་སེ་སྟན་བོལ་མོ་བོལ་མི་ཤེས།

འདི་རིང་མཚོགས་སེ་སྟུས་བོལ་མོ་ཞིག་མ་བོལ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་རིན་ཞིག་འབྲོང་གི་ནང་ཆ་ཚང་མ་བཅད་ཀྱིན་ཞིག་དང་  
འདུགས་པ་འབྲོང་དེ་གི་སོང་བས། ཀེ་སར་གྱིས་ཅིག་མའི་ནང་ནས་དགར་ཁུང་  
ཞིག་པིང་ཕྱེད་མི་གཉིས་ཀ་པི་སྟུ་བེད་སོང་། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་སྤལ་ལུ་དེ་  
བཅའ་དེ་ཁྱོང་ཕྱེ་ཟེར་ས། ཁྱ་སྤལ་ལུ། ཁྱོ་རང་གིས་ང་ཉ་དྲ་མི་གཉིས་ཀ་འབྲོང་  
ལ་ཟ་བཅུགས། ཁྱོད་ལ་ངས་སྟ་ལོ་ལུད་དེ། ཁྱོ་རང་ངེ་ཁང་ཞོན་དེ་ཆེན་ཟེར་ས།  
སྤལ་ལུས་ཀེ་སར་གྱི་ཞབས་ལ་འཐམ་ཕྱེ་རྒྱ་ཟེར་ས། ད་འདི་ནས་པར་ལ་ཉེར་  
ཡུལ་ལ་བསྐྱེབ་བསྐྱེབ་ཚུགས་པ་ལས་ཙོག་པོ་མེད། ཟས་པ་དགུ་ལྷན་ཅིག་ཡོད་པ།  
དེ་ལ་འཛིགས་མོ་མེད་ཟེར་ས་པ། དེ་ནས་ཀེ་སར་གྱིས་ཡིད་ཆེས་དེ་སྤལ་ལུ་སྤྲོག་  
སྟེ་བཏང་ས།།



ཀེསར་རང་དང་བྱ་རྩ་གཉིས་ཀ་སོང་ཕྱེ། ཟས་པ་དག་ཐུང་ལ་བསྐྱེབ་པ།  
 དེ་རྩ་ལས་སྤངས་ཉེར་གྱི་སྒོལ་དག་པ་སྒྲོན་པོའི་བྱ་ཚ་དང་དམག་མི་བརྒྱ་ཟས་  
 ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་ཀེསར་གྱིས་མགྲོགས་པ་པན་ུང་སྤོང་པོ་བཅོམ་ཕྱེ། བྱི་སོ་  
 ཅན་པོར་ཀ་འཁྱར་ཏེ་རིལ་མང་གི་འཕྲོང་བ་ཞིག་འཁྱར་ཏེ་ཁས་ལོག་ཅིག་བཅོམ་ཕྱེ་  
 སོང་བས། དེ་དམག་ཚང་མས་ཟེར་ས། ལྷ་སྤོང་པོ་བྱོ་རང་ག་ནས་ཡོངས་  
 ཟེར་བས། པན་ུང་གིས། ང་ལྟ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ས། དེ་ཞག་པོ་ལ་ཀེ  
 སར་གྱིས་ནས་ནས་ཆར་པ་མང་པོ་ཞིག་པ་བ་ཕྱེ། དེ་དམག་ཚང་མ་ལ་འདུག་ས་  
 མེད་པར་དགགས་པོ་སོང་བས། པན་ུང་གིས་གན་ཤེ་ཞིག་གོན་ཏེ་འདུག་ས་པ་  
 ཆར་པ་ཅུ་ཡིག་ཡང་མ་པོག། དེ་དམག་ཚང་མ་ཁོ་འི་མདུན་ལ་ཡོང་ཕྱེ་འདུག་ས།  
 ཁོས་ཟེར་ས་པ། ཉེ་ཞ་རང་མ་མི་འདི་ཟས་ཅིག་འདུག། ཁང་པ་ཞིག་མེད་པ་ག་  
 ཟུག་ལ་འདུག་ཆེན། ཉེ་ཞ་རང་གིས་དོ་བ་བྱོང་། ངས་ཅིག་ཡིན་ཟེར་ས། དེ་ནས་  
 ཁོང་ཚང་མས་དོ་བ་བྱོངས་པ། པན་ུང་གིས་བཙིགས། དེ་ནས་མགྲོགས་པ་  
 གྲུབ་སོང་། གདུང་མའི་མགོ་ཚང་མ་ཀ་གཅིག་ཅིག་གི་ཁ་བཏང་ཕྱེ་བོར་ས། དེ་  
 ནས་ཁང་པ་དེ་གྲུབ་ཕྱེ་ན། ཡང་ཆར་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བཟུགས། དེ་དམག་  
 ཚང་མ་ཁང་པ་འི་ནང་སོང་ཕྱེ་ཟེར་ས་པ། ལྷ་པན་ུང་བྱི་རང་ཡང་ནང་ལ་ཡོང་  
 ཟེར་ས་པ། པན་ུང་གིས། ང་ལ་ནང་ཞག་དང་ག་ནས་ཐོབ་ཡིན། འདི་རིང་  
 ཉེ་ཞ་རང་གིས་ནང་ལ་བོར་ཡིན་པ། ཐོར་ས་ལ་ང་ཁང་པ་ཞིག་ག་ནས་ཐོབ་ཡིན།  
 ང་མི་སྟེ་འདུག་ན་འང་གྲིག་ཟེར་ས་པ། ཁོ་མི་སྟེ་འདུག་ས། དེ་ནས་མཚན་ཕྱེད་  
 ཟས་སོང་ཕྱེ། ཀེ་སར་གྱིས་ཀ་དེ་ལ་སི་གྱིས་ཐག་པ་ཞིག་བཏགས་ཕྱེ་འཕྲོན་  
 བཏངས་པ། ཐོག་དེ་ཚང་མ་སྒྲིབ་ཅིག་ལ་དྲིབ་ཕྱེ་ཡོངས། དེ་དམག་ཚང་མ་གྱི་



སོང་། དེ་ནས་གནས་ལང་ཕྱེན། དེ་རོ་ཚང་མ་ཟས་པའི་ཁ་ནས། རྩལ་པངས།  
ཁང་པའི་གདུང་མ་ཚང་མ་མེལ་དུག་ནས། རྩེས་མེད་ཤུལ་མེད་བཅོམྱེན། རྟོར་  
ཡུལ་ལ་སོང་།

དེ་ནས་ཨ་སལ་སལ་གྱི་གོང་ཀ་རུ་བསྐྱབ་སོང་། དེ་རུ་དྲ་བརྒྱ་སྟོན་ལ་  
བཏངས། དྲ་བརྒྱ་དྲིང་ན་བཏངས། ཀེ་སར་དྲ་མི་གཉིས་ཀ་དཀྱིལ་ལ་འདུག་  
ཕྱེ་སོང་། དེ་ནས་ཡང་ཨ་ལོང་ཐང་གི་ཐང་སྟོན་ལ་བསྐྱབ་སོང་། དེ་རུ་དྲ་གཅིག་  
སྟོན་ལ་བཏངས། དྲ་གཅིག་དྲིང་ན་བཏངས། ཀེ་སར་རང་དཀྱིལ་ལ་འདུག་ཕྱེ་སོང་།  
དེ་རུ་ཁྲག་པ་ལན་གསུམ་བཞེས། རྟོར་གྱི་གསེར་པོ་འི་གསེར་མཁར་ལན་གསུམ་  
འགུལ་སོང་། དེ་ནས་སོང་པ་སང་། རྟོར་གྱི་ར་རྩི་ཀུན་དང་ཐུག་སོང་། དེ་རུ་  
ར་རྩི་ཁ་ཅིག་སྒྲིང་ཡུལ་ན་རྩམ་ཕྱེ་བྱིར་མཁན་ནི་མི་ཡོད་ཚུགས། ཁ་ཅིག་རྟོར་ཡུལ་  
པ་ཡིན་པས། དེ་ཀུན་གྱིས་འདྲིས་པ། བླ་སྟོང་ཐུག། ཁྱོད་ག་ནས་ཡོངས།  
སྒྲིང་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཡོང་བ་མི་འདུག་ག། སྒྲིང་པའི་དམག་འཁྱོང་བ་མི་འདུག་  
ག་ཟེརས་པ། སྟོང་ཐུག་གིས་ལན་ལ་ཁྱུ་འདི་ལྟར་བཏབས།

སྒྲིང་ཡུལ་གྱི་དམག་འཁྱོང་བ་མི་འདུག་ལོ།

སྒྲིང་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་བཏུད་ཡུལ་ལ་གི་ཟེར་འདུག།

ཁོ་འི་པི་ལ་གདུང་དྲན་ཞིག་བཞང་འདུག།

སྐྱ་མ་ཆེ་ཆེ་ཀུན་ལ་དྲ་འབྱེད་རེ་ཐུལ་འདུག།

བར་པ་ནམས་ལ་གཡག་འབྱེད་རིག་བཏང་འདུག།

རྩུང་རྩུང་ནམས་ལ་ར་ཐུག་རེ་བཏང་འདུག།

སྟོང་པོ་ང་ཡིན་ཀྱང་ལུ་གུ་ཞིག་ཐོབ་ལོ།

ལྷ་གུ་དེ་ལས་གྱི་ཟ་ཅེས་ཤིག་སོང་ལོ།

ཡབ་སྟོན་པ་ཨ་བ་ཐང་ཞིག་གི་ཁ་ཤི་སྟེ་འདུག།

མིག་ཀུན་ཁ་ཏས་ཙོག་གིན་ཞིག་འདུག་ལོ།

ཡུམ་སྟོན་མོ་ཨ་མ་རན་འཐག་ཚང་མ་ལ་ལང་འདུག།

ལྷ་བེ་སྦྱང་ཅེས་མེད་པ་སྒྱི་གུ་ཞིག་ངས་བཏངས་པ་ཡིན།

དེ་རྒྱལ་ཟེརས་པ་སང་། སྒྲིང་པ་འི་མི་ཀུན་ཏུ་ཅེས་ཡོངས། ཉོར་གྱི་  
མི་ཀུན་མང་པོ་འཐད་སོང་། དེ་ནས་སྒྲིང་པ་འི་མི་ཀུན་ཏུ་ཅེས་མཐོང་སྟེ་སྒྲིག་པ་  
བསམ་སྟེ། ཀེ་སར་གྱིས་དངོས་བསྟན་དེ་ཟེརས། ཀེ་སར་ང་ཡིན་བྱེད་ཀྱི་རང་  
རིངས་མ་རིངས་ཟེརས་པ་ཁོང་འཐད་སོང་།

### No. 3.

དེ་ནས་ཡང་ཀེ་སར་སྒོང་པོ་བཙེ་སྟེ་ཉོར་ཡུལ་ལ་སོང་། ཉོར་གྱར་  
དཀར་གྱི་མཁར་གྱི་ཆ་ཅུ་བསྟེན་སོང་། དི་ཅུ་ཆ་དོང་བཞི་ཡོད་ཚུག། གཅིག་ནི་  
གྱར་དཀར་གྱི་ཡིན། གཅིག་ནི་གྱར་རྒྱལ་སྒྲ་མའི་ཡིན། གཅིག་ནི་ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གུ་  
མའི་ཡིན། ཆ་དོང་གཅིག་ནི་མགར་ར་ཉི་མིས་སི་ཡིན་ཚུག། གྱར་དཀར་གྱི་  
ཆ་དོང་དེ་གསེར་གྱི་ཡོད་ཚུག། གྱར་རྒྱལ་སྒྲ་མའི་རངས་ཀྱི་ཡོད་ཚུག། ཇོ་ཇོ་  
འབྲུ་གུ་མའི་གཡུ་འི་ཡོད་ཚུག། མགར་ར་ཉི་མིས་སི་ལྷགས་ཀྱི་ཡོད་ཚུག།  
དེ་ཆ་དོང་ཚང་མའི་ནང་དུ་སྟེན་ནང་ཀོ་རེ། སྟེན་ནང་ཀྲད་པ། སྟེན་ནང་རྒྱན་  
སྦང་སྟེ་བོརས། ཁོ་རང་ལས་གཤམ་ཅིག་གི་ཁ་གྱེལ་དེ་འདུགས། དེ་ནས་གྱར་  
དཀར་གྱི་ཆ་མ་ཡོང་སྟེ་བརྟམ་པ་སང་། ཆ་མདོང་ཚང་མའི་ནང་དུ་ཀྲད་ཀྱི་སྦང་

ལྷོ་ཡོད་ཚུག། རྩ་མས་ཟེངས་པ། ལྷ་སྤོང་པོ་ཁམ་ལོག་ང་ཞའི་གུར་དཀར་གྱི་  
 རྩ་དོང་པོ་འི་ནང་དུ་རྩྱུ་ལོ་ཅི་ལ་སྤངས་ཟེང་དེ། གྲང་གྱི་པངས་ནས་རྩ་ཁུར་  
 དེ་ཡོངས་པ། སྤོང་པོ་ལ་མ་སྒྲིལ་མ་ཁུར་སོང་། ལྷ་སྤོང་པོ། ང་ཅ་རྩྱུ་ཁུར་  
 འང་ཟེངས་པ། སྤོང་པོས། ཁྱོད་ང་རིངས་ན་གོས་ལྷེ་སོང་། མ་རིངས་ན་  
 འཁོར་དེ་སོང་ཟེངས་པ། རྩ་མ་གོས་ལྷེ་ན་སོང་།

དེ་ནས་ཡང་ཇོ་ཇོ་འི་རྩ་མ་དེ་ཡོངས་པ། ཡང་བརྟམས་པ་རྩའི་ནང་  
 དུ་གྲང་གྱི་སྤང་ལྷོ་ཡོད་ཚུག་པ། རྩ་མས་ཟེངས། ལྷ་སྤོང་པོ་ཁྱོད་ག་ནས་ཡོངས།  
 ང་ཞའི་རྩ་དོང་ཅང་མ་རྩྱུ་ལོ་ཅི་ལ་བཅོས། ཡོངས་ལ་ཁུར་འང་ཟེངས། སྤོང་  
 པོས་ཟེངས། ཡོ་ནོ་སོ་ལ། ཉེ་རང་རིངས་ན་གོས་ལྷེ་སོང་། མ་རིངས་ན་  
 འཁོར་དེ་སོང་། ང་ཐག་རིངས་ནས་ཡོང་མཁན་ཞིག་ཡིན། ངལ་དེ་རག་ཟེངས་པ།  
 རྩ་མས་གྲང་པ་པོ་ལྷེ་རྩ་འཁུར་དེ་ཅ་ཟ་ན། སྤོང་པོས་གསེར་གཏུབ་པོ་རྩའི་  
 ནང་དུ་པངས་བཅངས། རྩ་མས་རྩ་འཁུར་དེ་མཁར་ལ་སོང་། དེ་རྩྱུ་པ་མཁར་  
 ལ་ཇོ་ཇོ་ལ་རྩ་དགོན་སོ་སོང་ལྷེ། ཁོ་བསྐྱེད་པ་དང་། ཇོ་ཇོས་ཁོ་ལ་ཁ་སྐྱེས་དེ།  
 ཁྱོད་ང་ཅི་ལ་འགོར་ང་ལ་རྩ་དགོན་སོ་སོང་ཟེངས་པ། རྩ་མས་ཇོ་ཇོ་ལ་ཞུས་པ།  
 ཇོ་ཇོ་ལ། ང་དང་གི་རྩ་དོང་པོ་འི་མདུན་ལ་སྤོང་པོ་ཞིག་ཡོང་ལྷེ། རྩའི་ནང་དུ་  
 གྲང་གྱི་རི་སྤང་ལྷེ། ཀོ་རི་སྤང་ལྷེ། ཁོ་རང་ལ་མ་སྒྲིལ་ལྷེ་དེ་གཉིད་ལོག་ལྷེ་  
 འདུག། ངས་རྩ་དོང་ནང་ནས་གྲང་པ་དང་ཀོ་རི་པོ་ལྷེ་ཡང་འབྱུ་ལྷེ་རྩ་ཁུར་དེ་  
 ཁྱོདས་པ། ཁོ་ལ་མ་སྒྲིལ་ནས་མ་ཁུར་བ་འདུགས། ངས་ཁུར་ཟེངས་པ།  
 ཁོས་ཁྱོད་ང་རིངས་ན་གོས་ལྷེ་སོང་། མ་རིངས་ན་འཁོར་དེ་སོང་། ང་ཐག་རིངས་



ནས་ཡོངས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཟེར་འདུག། དེའི་ཕྱི་ལ་ང་ཚུ་འགོར་སོང་བས་མ་ཕྱེ།  
 ང་གོས་ཕྱེ་ཡོངས་པ་ཡིན་ཟེར་ས་པ། རྩོམ་ཁོ་མིའི་ལྷན་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་མཁན་  
 ཞིག་གི་ཁ་ཅི་ལ་གོས་ས་ཟེར་ས། དེ་ནས་རྩོམ་ང་ལ་ཚུ་ཞིག་སྤྲུག་ཟེར་ས་པ།  
 གཡོག་མོས་ལག་ཚུ་སྤྲུག་ས། དེ་ནས་རྩོམ་འི་མཚུ་གྲུ་ལ་གསེར་གདུབ་དེ་རན་  
 སོང་བ་རྩོམ་བས་ས། ཀེ་སར་བསྐྱེབ་ཕྱེ་ཡིན་ནཔ་བས་མ་ཕྱེ་ནང་ལ་སོང་ཕྱེ་  
 མར་ཟན་ཞིག་གཡོས། རྩོམ་རང་གཟབ་ཕྱེ་གླིང་ཡུལ་ལི་གོས་གོན་དེ་མར་ཟན་  
 དེ་ཁྱར་དེ། དེ་མི་ལ་ལྟ་ལ་ཡོངས། དེ་མི་ད་རུང་ལས་སྤྲུག་ལ་དེ་ཡོད་ཚུག།  
 དེ་ནས་རྩོམ་དེ་མི་ལ་གླིང་ཡུལ་གྱི་ཁ་བར་འདྲིས་ནས་སྤྲུ་འདི་ལྟར་བཏངས།།

ཁྱ་བན་ཐུང་སྤོང་པོ་ཁྱོད་ག་ནས་ཡོངས་ལོ།

ཁྱོད་གླིང་ཡུལ་ལ་བསྐྱེབ་མཁན་ཞིག་མིན་ན།

གླིང་གྲུ་ལ་ལྟ་ཀེ་སར་དེ་བདུན་ཡུལ་ནས་བསྐྱེབ་བས་བསྐྱེབ།

ལབས་ཕྱོན་པ་ཨ་བྲུ་ཁས་ས་བཟང་འདུག་ག།

ཡུམ་སྤོན་མོ་ཨ་མ་ཁས་ས་བཟང་འདུག་ག།

གླིང་གི་དཔལ་པོ་ཚང་མ་ཁས་ས་བཟང་འདུག་ག།

གླིང་གི་དཔལ་ལེན་པོ་མ་ཁས་ས་བཟང་འདུག་ག།

ནོ་འབྲུ་དམར་ལས་བསྐྱེད་གྱི་རྩེར་མོ་པན་ན།

གླིང་མཁར་ཅི་དགྲུ་ལ་ཞིག་གསེབ་བཅོས་ས་མ་བཅོས།

ཁ་བར་བཟང་པོ་བཤད་ན་ཟེ་ཅེས་ཅི་ཞིས་གང་ཞིས་བཏང་ཡིན།

ཁ་བར་ངན་པ་བཤད་ན་བླ་ཟན་དང་སྒྲིག་ཚུ་བཏང་ཡིན།

དེ་ཆུག་ཟེངས་པ། མོང་པོ་དེས་ལན་དུ་གྲུ་འདི་ལྟར་བཤངས།

ནོར་གྱི་ཇོ་ཇོ་སོ་མས་དངོས་ལ་ཉེན་དང་།

ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གུ་མས་བདག་ལ་གསན་ལོ།

ང་གླིང་ཡུལ་ནས་ཡོང་གྱི་ལོ་མང་པོ་ཞིག་སོང་ལོ།

གླིང་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་བདུད་ཡུལ་ལ་ཕི་ལོ།

ཁོ་འི་དོན་ལ་གདུང་དེན་ཞིག་བཞང་འདུག།

གདུང་དེན་གྱི་ཞབས་དྲན་པོ་ལད་ལ་བཙོ་བྱག།

གདུང་དེན་གྱི་གྲུ་གཅིག་གསེར་ལ་བཙོ་བྱག།

གདུང་དེན་གྱི་གྲུ་གཅིག་དཔལ་ལ་བཙོ་བྱག།

གདུང་དེན་གྱི་གྲུ་གཅིག་ཟངས་ལ་བཙོ་བྱག།

གདུང་དེན་གྱི་གྲུ་གཅིག་དུང་ལ་བཙོ་བྱག།

གདུང་དེན་གྱི་ཕུང་པ་དེ་ལྷ་དྲིལ་ལ་བཙོ་བྱག།

སྒྲིག་ཤིང་དེ་ཙན་དན་ལ་འདུག་ལོ།

སྒྲན་དར་ལ་བཀྲ་ཤིས་ཁ་བཤགས་ཤིག་འདུག་ལོ།

དེ་ཀྱན་གྲུབ་མྱེ་འབྲུལ་ལ་ཞིག་འབྲུལ་འདུག།

ཁྲ་མ་ཆེ་ཆེ་ཟས་ལ་དྲ་དང་ཐུ་བེ་ཕུལ་འདུག།

བར་པ་ཚང་མ་ལ་གཡག་དང་གཡག་གྲུ་དེ་ཕུལ་འདུག།

ཆུ་བྱན་ཚང་མ་ལ་བ་གླང་དེ་དང་བེ་ཐོ་དེ་ཕུལ་འདུག།

སྤྱིང་པོ་ང་ཡིན་ཀྱང་ལྷག་དང་རི་གཞིག་ཐོབ་ཡོང་།

ལྷག་དེ་ང་ལ་ལས་ལ་ཟུངས་རིག་སོང་ཡོང་།

ཡབས་སྟོན་པ་ཨ་བུ་ཤི་སྟེ་མི་འདུག་ཡོང་།

རོ་དེ་ཐང་ཆེན་མོ་ཞིག་གི་ཁ་འདུག་ཡོང་།

ལུས་སྟོན་མོ་ཨ་མ་དེ་རན་འཐག་ལ་ལྷང་འདུག།

ལྷང་སྦྱིག་མེད་པ་ངས་སྦྱི་གུ་ཞིག་བཏངས་པ་ཡིན།

འབྲུ་དམར་ལས་བསྟན་ལ་ནོར་གྱི་མདའ་པོ་ཤི་ཤི་ཡོང་།

ཨ་གུ་དཔལ་ལེ་དེ་རྒྱས་ཏེ་འདུག་ཡོང་།

སྤྱིང་གི་དཔའ་པོ་ཆང་མ་ཁམས་བཟང་འདུག་ཡོང་།

སྤྱིང་མཁར་ལ་ཞིག་གསོབ་མ་བཅོས་ཏེ།

དྲིང་ན་བཅོ་ཅན་ཟེར་འདུག།

དེ་རྒྱག་ཟེརས་པ། རྩོ་རྩོ་ལ་ཆོར་ཀ་ཡོངས། དེ་ནས་རྩོ་རྩོ་མར་  
ཟན་དེ་པོ་སྟེ་ན། ལོག་སྟེ་མཁར་ལ་ཡོངས། དེ་ནས་མཁར་ལ་བསྐྱེབ་སྟེ་རྩོ་རྩོ་  
བསམ། ཀེ་སར་ཡིན་ནོག་ཟེར་ན། མིན་ན་ཟེར་ན། ཡིན་ན་བསམ་མིན་ཞིག་  
འདུགས།

དེ་ནས་མགར་ར་ཉི་མིས་སི་ཆུ་མ་ཆུ་ལེན་པ་ཡོངས་པ། ཁོ་འི་ཆུ་དོང་  
ལ་ཀྱ་ལིག་བཅུག་སྟེ་ཡོད་ཚུག་པས། ཀྱ་ལིག་དེ་བཅུག་སྟེ་དེ་ནང་དུ་ཀོ་རེ་སྤང་  
སྟེ་ཡོད་ཚུག། ཆུ་མས་ཟེརས། བླ་སྤྱིང་པོ་བྱམ་པོ། ང་ཞེས་ཆུ་དོང་ནང་  
དུ་ཅོག་པོ་ཅི་ལ་བཅོས། བྱིད་ཨ་ངས། ལ་སོང་ཟེརས་པ། སྤྱིང་པོས་ཟེརས།



འོ་ནོ་མོ་ལེ་ནོ་མོ་རང་རིངས་ན་གོས་ལྷེ་སོང་། མ་རིངས་ན་འཁོར་ཏེ་སོང་།  
 ང་ཐལ་རིངས་ནས་ཡོངས་མཁན་ནི་སྤོང་པོ་ཞིག་ཡིན་ཟེརས་པས། རྒྱ་མས་  
 ཟེརས་པ། ཁྱོད་ཡང་མིའི་ལུས་ལ་སྦྱས་མཁན་ཡིན། ང་གོས་ལྷེ་མི་ཆ་ཟེར་ཏེ།  
 ཁོ་འཁོར་ཏེ་སོང་བ། ཡང་སྤོང་པོ་དེ་ཙམ་གྱི་དང་སོང་ལྷེ། རྒྱ་མ་དེ་རྒྱའི་ཙམ་  
 བསྐྱབ་མ་བཅུགས། དེ་ནས་བྱ་མོ་ལ་སྤོང་ལྷེ་ཟེརས། ཁྱོད་རང་སྤོང་པོ་ཞིག་  
 མེན། སྤོང་རྒྱས་ཤིག་ཡིན་ནོག། ཁྱོད་པན་རྒྱང་མེན། པན་རྒྱས་ཤིག་ཡིན་ནོག།  
 ཨ་སལ་སལ་གྱི་གོང་ཀ་ནས་ཡོང་ཙན། ཏྲ་པ་བརྒྱ་སྤོན་ལ། ཏྲ་པ་བརྒྱ་དྲིང་ན།  
 ཁྱོད་རང་དཀྱིལ་ལ་འདུག་ལྷེ་མ་ཡོངས་ས། ཨ་ཡོང་ཐང་གི་ཐང་ལྷོད་ནས་ཡོང་ཙན།  
 ཏྲ་པ་གཅིག་སྤོན་ལ། ཏྲ་པ་གཅིག་དྲིང་ན། ཁྱོད་རང་དཀྱིལ་ལ་མ་ཡོངས་ས།  
 ཨ་ཡོང་ཐང་གི་ཐང་མཇུག་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁྲག་པ་ལན་གསུམ་མ་ཇེས་ས། གསེར་  
 པོ་འི་གསེར་མཁར་ལན་གསུམ་འགྲུལ་མ་བཅུགས་ས། ཟེརས་པ། སྤོང་ཐུག་  
 གིས་ཟེརས་པ། འོ་ནོ་མོ་ལེ། ནོ་མོ་རང་གསེར་མཁན་ཞིག་འདུག། ཨ་སལ་སལ་  
 གྱི་གོང་ཀ་ནས་ཡོང་ཙན། ཤིག་དཀར་བརྒྱ་སྤོན་ལ་ཡོད་པ་ཡིན། ཤིག་ནག་  
 བརྒྱ་དྲིང་ན་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ནས་ལྷལ་ཞིག་འདུག་བསམ་སྟེ་ཁྲག་པ་ལན་གསུམ་  
 སུགས་པ་ཡིན། དེ་པོ་ཨ་ཙེ་ཏེ་རང་ལ་གསལ་པོ་མཐོང་བེན། ངའི་ཨ་བ་མགར་  
 ར་ནི་མིས་ཡོད་ད། ང་ཨ་བའི་རྩ་ཡོངས་པེན། དེ་ནས་མགར་མོ་རྩམ་གྱིས་རྒྱ་  
 འཁར་ཏེ་ཁྱོངས་པ། ཁང་པ་ལ་རྒྱ་དཀོན་མོ་སོང་བས། ཨ་བ་ལ་སྤོང་ལྷེ།  
 ཐོ་བ་ཆེན་མོ་དང་སྐྱམ་པ་ཆེན་མོ་འཁར་ཏེ། ཐུ་མོ་ལ་རྒྱང་བ་ཡོང་ལྷེ། ཐུ་མོ་དང་  
 ཐུག་པ། ཐུ་མོས་ཟེརས། ཨ་བུ་ལེ། ང་དང་གི་རྒྱ་དོང་པོ་འི་ནང་དུ་ཀྱ་ལིག་  
 བཅག་སྟེ། སྤོང་པོ་ཞིག་གིས་ཀྱང་པ་དང་ཀོ་དེ་སྤོང་ལྷེ་འདུག། ཁྱོད་རང་ལས་

མི་ཁ་བྱུལ་ཏི་འདུག། ཁྲི་མ་ང་ལ་ལམ་ས་བཏང་བ། རྩ་འགོར་སོང་། དེ་མི་བོ་  
ཨ་བ་རང་གི་བྱ་ཚ་ཡིན་ཟེར་འདུག། དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་བ། ཨ་བས་ང་ལ་སྤྱ་གུ་  
ཞིག་མེད་ཟེར་ཏི་འདུག་ས།

## No. 4.

དེ་ནས་སྤོང་བྱུག་དེ། མགར་ར་ཉི་མིས་སི་སྤན་མའི་ཞིང་ཞིག་ཡོད་  
ཚུག། དེ་ནང་དུ་སོང་སྟེ་ཚང་མ་ང་སྟེ་པང་སྟེ་མོས་སྤྱུག་སྟེ། སྤན་མ་རྩོག་པོ་  
བཙོ་སྟེ་ཡོད་ཚུག། བྱ་མོ་ཞིང་པ་ལྟ་ལ་སོང་བ། ཞིང་ཚང་མ་གསེད་དེ་ཡོད་  
ཅེས་མཐོང་སྟེ། སྤོང་པོ་ལ་ཁ་སྤྱེས་ཏི་ཟེར་ས། ཁྱོད་ཀྱིས་པོ། ང་ཞའི་ཞིང་ཚང་  
མ་དང་སྤན་མ་ཚང་མ་རྩོག་པོ་ཅི་ལ་བཙོས་ཟེར་ས་བ། སྤོང་པོས། ང་རང་གི་  
ཨ་བའི་ཞིང་ཡིན། ཁྱོད་རང་ལ་ཅི་དོགས་དགོས་ཟེར་ས་བ། བྱ་མོ་མགྲོགས་པ་  
ཁང་པ་ལ་ཡོག་སྟེ་སོང་། ཨ་བ་མགར་ར་ཉི་མིས་ལ་ཁར་སང་གི་སྤོང་པོ་དེས།  
ང་དང་གི་ཞིང་ཚང་མ་ང་སྟེ་རྩོག་པོ་བཙོ་སྟེ་འདུག་ཟེར་ས་བ། ཨ་བ་ལ་སྤོང་  
སྟེ་སྤྱེས་པ་དང་ཐོ་བ་དེ་འཁུར་ཏི་ལྟ་ལ་སོང་བས། སྤོང་པོ་ལ་ཨ་བ་ལྟ་ལ་ཅེས་  
གསེད་ཏི། ཞིང་ཚང་མ་སྤྱན་མའི་སང་རྒྱལ་བ་བཙོ་སྟེ། ཞིང་གི་མཐུན་མ་ལ་  
འདུག་སྟེ་ཡོད་ཚུག། མགར་ར་ཉི་མིས་དེར་བསྐྱེབ་སྟེ་ཟེར་ས། ལྷ་སྤོང་པོ་བྱ་ཚ་  
ཁྱོད་རང་གིས་ང་ཞུ་ལ་གནོད་པ་བཙོ་རྒྱལ་ག། སྤྱན་ལ་རྩ་དོང་རྩོག་པོ་བཙོས།  
དགས་ཞིང་ཚང་མ་ལ་ཅི་བཙོས་བེད་ཟེར་ས་བ། སྤོང་པོས་རྩོག་པོ་ཅི་ལ་བཙོ་  
ཡིན། ང་ཨ་བ་རང་གི་བྱ་ཚ་ཡིན། ཞག་དང་ངས་ཞིང་སྤང་ངད། ཨ་བ་རང་  
གིས་སྤྱེས་འང་ཟེར་ས། ཨ་བས་བལྟ་ཟན་ཞིང་ཚང་མ་སྤྱན་མའི་མཚོགས་ཡོད་



ཚུག། རྩོང་པོ་དང་ཨ་བུ་གཉིས་ཀ་ཁང་བ་ལ་ཡོང་ཏེ། བླ་བུ་  
མོ་ཁྱོད་རང་གིས་རྒྱན་བཏང་ཏེ་ཡིན་ནོག་ཟེར་དེ། སྐམ་པ་དང་འགྲམ་བ་འཐེན་ས།  
ཐོབ་དང་རྩུང་ས།

དེ་ནས་ཨ་བས་རྩོང་པོ་ལ་འདྲིས་པ། བླ་བུ་ཚ་ཁྱོད་རང་དཔེ་བྱ་ཆ་  
ཡིན་ན། དཔེ་ཆ་ལག་ཚང་མ་ཕྱིས་དེ་དྲོང་། རྩོང་པོས་ངས་ཐོ་རས་ལ་ཕྱེ་ཡིན་  
ཟེར་ས། དེ་ནས་རྩོང་པོས་ཨ་ནེ་བཀུར་དམན་མོ་ལ་ཞུ་བ་སྤྲུལ་ས་པ། ཨ་ནེ་  
སྟོན་དེ་བྱ་ཆ་ལ་བསྐྱབས་པ། ཐོ་རས་ལ་ང་གསེར་སྤྲང་ཞིག་ལ་རྒྱ་ཕྱེ་ཡོང་ཡིན།  
ཆ་ལག་ཚང་མ་དེ་ཁང་འབབས་ཡིན། དེ་ཆང་མང་རང་གི་ཡིན་ཟེར་དེ་པེས།  
དེ་དེ་དྲིང་ན་ཐོབ་ཆེན་མོ་དང་སྐམ་པ་ཆེན་མོ་མི་འདུག་ཟེར། དེ་ཟུག་བསྐྱབས་ཏེ་  
པོར་ས། ཐོ་རེ་ཚུག་པོ་ལ་མགར་ར་ཉི་མིས་ཀྱིས། མགར་ར་བརྒྱའི་ཆ་ལག་  
ནང་དུ་ཁོར་ང་གི་ཆ་ལག་སྟེ་ཐོར་ནས་རྩོང་ཕུག་ལ་པེ་བཅུག་ས། དེ་ནས་ཁོས་  
བརྟམས་པ་གསེར་སྤྲང་གཅིག་ཡོང་ཏེ། ཆ་ལག་ཚང་མ་དེ་ཁང་འབབས་པ།  
ཁོས་དེ་ཆང་མ་པེས། དེ་ཆང་མ་པེ་ཆར་དེ་ན། ཐོབ་ཆེན་མོ་དང་སྐམ་པ་ཆེན་  
མོ་མི་འདུག་ཨ་བུ་ཟེར་ས་པ། ཨ་བས་ཐོབ་དང་སྐམ་པ་ཆེན་མོ་དེ་གླིང་ཡུལ་  
ལ་ལུས་དེ་ཡོངས་པ་ཡིན། དཔེ་བྱ་ཁྱོད་དོ་དོག་ཡིན་ནོག་ཟེར་དེ། ཁོ་ཁང་བ་ལ་  
བྱ་ཆ་བཙོ་ཏེ་ཐོར་ས།

ཞག་ཅིག་མགར་ར་ཆོ་ཆོ་འབྲུག་ལ་ལ་གསེར་གྱི་ཅེས་འབྲུམ་བཙོ་བ་ལ་  
གཡོག་མོ་ཞིག་ལ་གསེར་བཀལ་དེ། ཆོ་ཆོ་ཁོར་ང་བལ་གྱི་ལ་བཅུག་ཏེ།  
མགར་ར་ཉི་མིས་མི་ཅུ་ཡོང་ངད་ཚུག། མགར་ཕུག་དེ་དེ་པེ་འབྲུད་དེ་བལ་གྱི་དེ་  
སྟོན་ལ་ཡོང་ངད་ཚུག། དེ་ནས་མགར་ར་ཉི་མིས་མོང་ཏེ་ཕུག་ཟུམ་ཏེ་ཟེར་ས།



བླ་བྱ་ངན་ཅི་བཅོ་བྱལ། ཁོ་ཉོར་གྱུར་དཀར་གྱི་ཚོ་ཚོ་ཡིན་དེ་རྒྱལ་མ་བཅོ་ཟེངས་  
 བས། བླ་ཚས་ང་ཞིའི་ཁྲིང་ཡུལ་ལ་དེ་རྒྱལ་བཅོན་མགོ་རས་ཐོབ་ཆེན་ཟེང་རིན་  
 ཞིག་ལོག་སྟེ་ཡོངས། དེ་ནས་ཁོང་གིས་ཟེངས། རྩོ་ཚོ་ལ། འདི་རིང་སོལ་བ་  
 མེད། ཐོ་རས་ལ་བཅོ་ཡིན་ཟེང་དེ། རྩོ་ཚོ་ལོག་སྟེ་བཏང་སོང་། ཐོ་རེ་རྩྭ་ག་པོ་ལ་  
 མགར་ར་ཉི་མིས་སིས་བོང་བྱ་བཅུ་ཟས་ཞིག་བཅའ་དེ། མགར་ཕྱུག་ཐང་རྩེད་  
 དང་། སྤྱིང་མོ་རྩུམ་གཉིས་ཀ་སོལ་བ་ལ་བཀལ་དེ་བཏངས་བས། ཡལ་བས་  
 བསྐྱབ་སྟེ་ཟེངས་བ། ཀལ་ཡས་པའི་ཕྱང་པའི་ཚོགས་ཚང་མ་གྱུར་དཀར་རྒྱལ་པོ་འི་  
 རྩལ་ཚས་ཡིན། དེ་ལ་མེ་མ་བདུག། ཀལ་ཡས་པའི་ནང་དུ་སོང་སྟེ། སོལ་བ་བསད་  
 དེ་ཁྲོང་ཟེངས་བས། ཁོང་གཉིས་ཀ་བྱང་བྱ་འབྲིད་དེ་སོང་བས། མགར་ཕྱུག་  
 ཐང་རྩེད་གྱིས་ཟེངས། ཡལ་ཆེ་རང་གུ་ལེ་ལ་ཡོང་ཟེང་དེན། ཁོ་རང་སྟོན་ལ་སོང་  
 སྟེ་གལ་ཡས་པའི་ཕྱང་པའི་ནང་དུ་སོང་སྟེ། ཁོས་ཟེངས། རྩལ་གསུམ་བརྒྱ་དུག་  
 བཅུ་ལྷ་ཡུལ་ལ་སོང་། རྩལ་གསུམ་བརྒྱ་དུག་བཅུ་ལྷ་ཡུལ་ལ་སོང་གིག། སྤྱིང་  
 ཡུལ་ལི་རྩལ་ཡོད་ན་སྤྱིང་ཡུལ་ལ་སྟོད། ཉོར་ཡུལ་ལི་རྩལ་ཡོད་ན། མགོ་ལ་བལ་  
 ཐོད་གོན་དེ་རྒྱལ་ཁམས་ལ་ཁྲམ་སྟེ་སོང་ཟེང་དེ་སྟེ་རི་བརྒྱབས། དེ་རྩྭ་ག་པ་མགར་  
 མོ་རྩུམ་བསྐྱབ་སྟེ་ཟེངས། བླ་བྱ་ཚ་དེ་ཚོགས་པོ་གྱུར་དཀར་གྱི་རྩལ་ཚས་ཡིན།  
 མ་བཅད་ཟེངས་བ། ཕྱུ་གུས་དབང་བཅོ་སྟེ། སོལ་བ་པད་བཅུ་ཟས་ཞིག་བསད་  
 བཏངས། དེ་ནས་བྱང་བྱ་ལ་བཀལ་དེ་ཁྲོངས། དེ་ནས་རྩུ་ཆེན་མོ་ཞིག་དང་ཕྱུག་  
 སོང་། དེ་རྩྭ་ཁོང་རང་གི་བ་བྱ་ཕུད་དེ། བྱང་བྱ་སྐག་གི་བ་བྱ་འབངས་ཡིན་  
 ཟེང་དེ། དེ་བ་ཞིག་དང་ར་གོ་ཚང་མ་ཕུད་བཏངས། དེ་ནས་མགར་མོ་རྩུམ་  
 གྱིས་ཟེངས། བླ་ཁྲོད་སྟོན་བ་ཞིག་མེན་ན། གྱུར་དཀར་གྱི་རྩལ་ཚས་དེ་ཡང་མེ

ལ་འདུགས། དག་ས་བྱང་བྱའི་ར་གོ་ཚང་ས་བྱད་བཏངས། ང་ཨ་བ་ལ་ཟེར་  
 བ་ཆེན་ཟེར་ཏེ་སྒྲན་ལ་ཡོངས། དེ་ནས་ཨ་བ་འི་མདུན་ལ་བསྐྱབ་སྟེ་ཟེར་ས།  
 ཨ་བ་ལེ། ཨ་བ་རང་ལ་བྱ་ཚ་བྱལ་བ་ཞིག་ཐོབ་ས་ཏོག། གུར་དཀར་གྱི་ལྷ་བ་  
 ཚས་ཡང་སེལ་བདུགས། རྒྱ་ཆེན་མོ་ཞིག་གི་མདུན་ལ་བསྐྱབ་པ། བྱང་བྱ་ཚང་  
 མ་འི་ར་གོ་དེ་རྩོལ་དང་རྩུང་སྟེ་བྱད་བཏངས། བྱང་བྱ་སྐུ་ཆུས་ཁྱེད་ས་ཟེར་ས།  
 ཨ་བ་ལ་སྟེ་ཡོང་སྟེ། ཐོ་བ་ཞིག་དང་སྐྱམ་པ་ཞིག་འཁྱེད་ཏེ་ཁོ་ལ་རྩུང་བ་སོང་།  
 དེ་ནས་བྱ་ཚ་དང་བྱུག་པ། ཁོས་བྱང་བྱ་ཚང་ས་ལ་སེལ་བ་བཀལ་ཏེ་ཁྱོད་ངད་ཚྭ།  
 ཨ་བས་ཟེར་ས། ལྷ་བྱ་ཚ་ཁྱོད་རང་གིས་གུར་དཀར་བྱལ་བོ་འི་ལྷ་བ་ཚས་དེ་ལ་སེ་  
 བདུགས་ལོ། བྱང་བྱ་ཚང་མ་འི་ཀླང་བ་དེ་བ་དང་རྩུང་ས་ལོ། ཅི་བཙུག་པ་  
 ཡིན་ཟེར་ས་པས། དེ་ནས་བྱ་ཚས་ཟེར་ས་པ། ཨ་བ་ལེ། ཨ་བ་རང་ལ་བྱ་ཚ་  
 ཞིག་འཁྱེད་པ་སང་། ཨ་ཆེ་ས་དག་འ་ཡིན་ནོག། ཡང་བྱང་བྱ་བྱལ་བ་ཅས་ལ་ས་  
 ལས་པ་སང་། དེ་ཟུག་ཟེར་ཏེ་ཡིན་ནོག། གུར་དཀར་གྱི་ལྷ་བ་ཚས་ལ་སེ་བདུག་  
 ན་ཨ་བ་རང་གིས་ལྷོས་འང་། བྱང་བྱའི་ར་གོ་བྱད་ན། ཨ་བ་རང་གིས་ལྷོས་  
 ཟེར་ས་པ། ཨ་བས་བལྟས་པ། གུར་དཀར་གྱི་ལྷ་བ་ཚས་དེ་བ་དེ་སེ་ཡོད་ཚྭ།  
 བྱང་བྱའི་ར་གོ་ཡང་བ་དེ་སེ་ཡོད་ཚྭ། དེ་ནས་ཨ་བ་དེ་བྱ་ཚས་ཟེར་ས་ཁལ་ལ་  
 བ་དེ་ན་ཆས་ཏེ་ཡོངས་པ། ཁང་པ་རུ་བསྐྱབ་སྟེ་བྱ་མོ་ལ་སྟེ་བཙུག་སྐྱམ་པ་དང་བྱ་  
 མོ་འི་འགྲམ་པ་འཐེན་ས། ཐོ་བ་དང་རྩུངས།

དེ་ནས་དྲིང་ས་ཞིག་ལ་ཡང་ཇོ་ཇོ་གསེར་འཁྱེད་ཏེ་ཡོངས། བྱ་ཚ་ལ་  
 སྒྱུད་པ་བྱ་བཅུགས། གསེར་གྱི་ཅེ་ས་འབྱུང་དེ་མིང་སྟེ་བཟོ་དེ་འི་ཁ་རྩུངས་པ།  
 བཟོ་དེ་འི་ཁ་ནས་པར་སོང་། དེ་ནས་སྐུ་ལ་བྱུག་ཐང་ཆེད་གྱིས་སྐུ་ཞིག་བཏངས།



ང་ཞི་ཁྱིང་ཡུལ་ལ་སྤྱད་པ་དེ་རྒྱངས་པོ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ཡོད།  
 ཨ་བུ་མགར་ར་ཉི་མིས་སི་སྤྱད་པ་ལ་ཡད་ཅིག་སི་འདུག།  
 ང་ཞི་ཁྱིང་ཡུལ་ལི་སྐྱམ་པ་དེ་གཅན་གྱིས་རྒྱུ་བ་མཚོགས་ཡོད།  
 ཨ་བུ་མགར་ར་ཉི་མིས་སི་སྐྱམ་པ་ལ་ཡད་ཅིག་རང་སི་འདུག།  
 ང་ཞི་ཁྱིང་ཡུལ་ལི་བོ་བ་དེ་འབྲུག་ཆེན་མིར་བ་འདྲ་ཡོད།  
 ཨ་བུ་མགར་ར་ཉི་མིས་སི་བོ་བ་ལ་ཡད་ཅིག་རང་སི་འདུག།  
 ང་ཞི་ཁྱིང་ཡུལ་ལི་མགར་བ་དེ་བི་ལ་འདྲ་བ་འཇམ་འཇམ་འཇམ་བད།  
 ཨ་བུ་མགར་ར་ཉི་མིས་ལ་ཡད་ཅིག་རང་སི་འདུག།

དེ་རྒྱག་ཟེངས། དེ་ནས་གསེར་གྱི་ཅེ་མ་འབྲུམ་དེ་ཕྱོར་སོང་། མི་ཚང་  
 མ་ནས་ལྟོངས་པ། གསེར་གྱི་ཅེ་མ་འབྲུམ་དེ་ཆོ་ཆོ་འཕྱོག་ན་ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་  
 མགར་སྤྱག་གིས་ཟེངས། འོ་ཉོ་ཉོ། ཨ་བུ་ནོ་རོ་འི་བྱ་མོ། ཨ་མ་ནོ་རོ་འི་བྱ་མོ།  
 ཉོར་གུར་དཀར་རྒྱལ་པོ་འི་ཆོ་ཆོ་སོ་སོ་ཡིན་ཡོད། དེ་རྒྱག་རྒྱ་རྒྱག་ཟེངས་པ།  
 ཆོ་ཆོ་འི་གཡོག་མོ་དེ་ལང་ཕྱེ། སྤྱ་གུ་དེ་ལ་མགོ་ལྷན་ཅིག་བཏངས་པ། སྤྱ་གུ་འི་  
 ཉི་པོ་འབྲུད་སོང་བ། མགོ་འི་དཀྱིལ་ལ་མེ་བ་ཞིག་ཡོད་ཚུགས། དེ་ཆོ་ཆོ་ལ་  
 མཐོང་སོང་། ཆོ་ཆོས་བསམ་འདི་མི་བོ་ངོ་དྲོག་གྱིང་ཀེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཡིན་  
 བསམ་སོང་། སྤྱ་གུས་གཡོག་མོ་ལ་ཟེངས་པ། མི་སྟོ། ལྷ་གཡོག་མོ།  
 བྱོ་རང་ལ་ངས་ལན་ཞིག་བཏང་བྱུ་ཡིན་ཟེངས། དེ་ནས་གསེར་གྱི་ཅེ་མ་འབྲུམ་  
 དེ་ངས་བཙོ་ཡིན་ཨ་བུ་ཟེངས། དེ་བྱོང་ཕྱེ་གསེར་དེ་བཟོ་རྟོ་འཕྱོག་ལ་བོར་དེ་  
 བོས་ཐུ་ཞིག་བཏངས།



གསེར་གྱི་ཅེ་མ་འབྲུམ་དེ་སྤྱང་རྩ་ཡུལ་ལ་སོང་ལོ།  
 སྤྱང་རྩ་ཡུལ་ནས་རྩ་འབྲིས་ཤིག་ཁྲོང་ལོ།  
 གསེར་གྱི་ཅེ་མ་འབྲུམ་དེ་བར་བཅན་ཡུལ་ལ་སོང་ལོ།  
 ཨ་མ་སྐྱབས་འདུན་མའི་བཅན་འབྲིས་ཤིག་ཁྲོང་ལོ།  
 གསེར་གྱི་ཅེ་མ་འབྲུམ་དེ་འོག་ཕོགས་ཁྲུ་ཡུལ་ལ་སོང་ལོ།  
 ཁྲུ་གྲུལ་ཕོགས་པོ་ནས་ཁྲུ་འབྲིས་ཤིག་ཁྲོང་ལོ།  
 མཉམ་པོ་སྐྱེས་པའི་རྩ་དགུ་མཁུན་ནོ།  
 གསེར་གྱི་ཅེ་མ་འབྲུམ་ལ་བཟོ་ཞིག་ཏོན།  
 མཉམ་པོ་སྐྱེས་པའི་ཁྲུ་དགུ་མཁུན་ནོ།  
 གསེར་གྱི་ཅེ་མ་འབྲུམ་ལ་བཟོ་ཞིག་ཏོན།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ཚར་ཏེན།      བཟོ་དེ་འི་ཡོག་ནས་པེངས་པ་སང་།  
 གསེར་གྱི་ཅེ་མ་འབྲུམ་དེ་མེ་ཏོག་མཚོགས་བཅོ་ལྟེ་ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་ཇོ་ཇོས་  
 བསམ། གསེར་གྱི་ཅེ་མ་འབྲུམ་དེ་ཀེ་སར་ལ་མིན་བ་བཅོ་མི་ཉན་བསམ་སྟེ།  
 མཁར་ལ་སོང་ཕྱི་གར་དཀར་ལ་ཟེངས། རྒྱལ་པོ་ལེ། དེ་སྤོང་ཐུག་པོ་ཀེ་སར་  
 ཡིན་ཚད་རིག་འདུག། དམག་ཡོད་ན་དམག་སྤུང་། མཁར་མིད་ན་མཁར་  
 ཅིག་ཟེངས།

No. 5.

དེ་ནས་ཇོ་ཇོ་དང་གར་དཀར་གྱིས་གྲུབས་བཅོ་ལྟེ་ཟེངས་པ། ང་དང་  
 ཉོར་ཡུལ་གྱི་དབའ་པོ་དང་། སྤོག་དགུ་པ་སྤོན་པོ་དང་ཚང་མ་ལ། པོ་ལད་གྱི་  
 གུད་གཞུ་འཐེན་བཅུག་ཡིན། ཁྲོ་ཀེ་སར་ཡིན་ན་པོ་ལད་གྱི་གུད་གཞུ་འཐེན་

བྱུང་ཡིན་ཟེར་ས། ཉིང་མ་ཞག་ལ་དམག་སྒྲིབ་ཅིག་བཏང་ཉེ་ཟེར་ས། འདི་རིང་  
 བོ་ལད་དེ་གུད་གཞུ་སྤྱུ་ལ་འཐེན་བྱུང་ན། མཁར་ན་ཡི་རྒྱུ་མང་པོ་བཏང་འདུག།  
 དེ་མི་ལ་མི་ཚང་མ་ཡོང་གིག་ཟེར་ས། དེ་ནས་མི་ཚང་མ་དང་སྒྲིབ་དགུ་པ་སྒྲོན་  
 པོ་ཡོང་ས། མཁར་ར་ཉི་མིས་ཀྱིས་བྱ་ཚ་ལ་ཟེར་ས། བྱ་ཚ་ ང་དམག་  
 ཁྲོ་ལ་ཆ་ཡིན་ཟེར་དེ། འདི་ཕྱུ་ཚགས་མ་གང་དུད་པ་ལ་ཡིང་ཉེ་ན། ཁྲོ་རང་སོང་  
 བས། བྱ་ཚ་དེས་འདི་ཕྱུ་སྤྱི་བ་ཅིག་ལ་དུད་དེ་ཁྲར་དེ། དམག་ཁྲོ་ལ་སོང་ཉེ་  
 བརྟམ་པ། སྤྱུ་ལ་ཡང་འཐེན་མ་ཐུབ་སོང་། དེ་ནས་སྒྲིབ་དགུ་པ་སྒྲོན་པོས་  
 འཐེན་ས་པ། ནས་གང་མིན་པ་ཁྲོ་ལ་ཡང་མ་ཐུབ་སོང་། དེ་ནས་མཁར་ཐུག་  
 ཐང་ཆེད་ཀྱིས་ཨ་བ་ལ་ཟེར་ས་པ། ཨ་བ་ལེ། དེ་ཕྱུ་ཐུའི་དྲང་ཁྲང་པོ་ངས་ཙ་  
 དིག་འཐེན་ཡིན་པ་ཟེར་ས་པ། དེ་ཆུག་ཟེར་ཅེས་གྲུར་དཀར་བྱུ་པོ་ལ་ཚོར་དེ་  
 ཟེར་ས་པ། བྱ་ཁྲོ་རང་གི་བྱ་ཚས་ཅི་ཟེར་འདུག་ཟེར་ས་པ། མཁར་ར་ཉི་མིས་  
 ཀྱིས་ཁོས་འདི་ཕྱུ་ཐུའི་དྲང་ཁྲང་པོ་སྤྱི་ལ་ཡིན་ཟེར་འདུག་ལེ་ཟེར་ས། གྲུར་  
 དཀར་བྱུ་པོས་ཟེར་ས། ཁྲོ་རང་གི་སྤྱུ་གུ་ལ་སྤྱི་ལ་ཆུག་ཟེར་ས་པས། མཁར་  
 ཐུག་སོང་ཉེ་གཞུ་དེ་ཕྱིར་ལོག་ལ་ཁྲར་ས། མི་ཚང་མ་ཉལ་གོད་བཏང་ས། དེ་ནས་  
 ཨ་བ་སོང་ཉེ་བཅོ་ཉེ་བཏང་ས་པ། ཐུ་གུས་ཟེར་ས། འདི་དྲང་ཁྲང་པོ་བཅག་  
 ཉེ་མི་སྤྱུ་ལ་ཕོག་ན། དག་མེད་དེ་ཟེར་ས་པ། གཞུ་ཆུད་དེ་མི་སྤྱི་ལ་སྤྱི་ལ་ན་  
 དག་མེད་དེ་ཟེར་ས། གྲུར་དཀར་ཀྱིས་དག་མེད་ཟེར་ས་པ། དེ་ནས་ཁོས་གཞུ་  
 ཁྲར་དེ་ན། སྤྱིང་གི་ཐིམ་ནས་སྒྲོན་ལས་བཏབ་ཉེ། བོ་ལད་གུད་གཞུ་ཁྲིད་སྤྱིང་  
 ཡུལ་ལ་སོང་། ང་རང་གི་ལག་པའི་ནང་དུ་ཡང་གཞུ་ཞིག་སྤྱི་བ་གིག། གཞུ་དེ་  
 འཆག་ཉེ་ཞོར་གྱི་དཔའ་བོ་ཚང་མ་ལ་ཕོག་ཉེ་གི་གིག། གཞུ་ཆུད་དེ་ཞོར་གྲུར་

དཀར་ཀླུ་པོ་འི་སྤྱི་ལ་འབྲིལ་དེ། སྤྱི་དབྱུགས་འཆད་དེ་ནང་དབྱུགས་ལ་ཁབ་  
 ཅིག། དེ་ང་རང་ལ་མེན་བ་བཀོལ་མ་ཉན་ཅིག་ཟེར་དེ། བཀྲུ་དེ་བསྒྲིལ་སྤྱི་ལ།  
 བཀྲུ་དེ་ཆག་སྤྱི་ཉེར་གྱི་དཔའ་བོ་ཚང་མའི་མིག་ལ་ཕོག་སྤྱི་ལི་སོང་། བཀྲུ་རྒྱུད་  
 དེ་གུར་དཀར་ཀླུ་པོ་འི་སྤྱི་ལ་འབྲིལ་དེ། སྤྱི་དབྱུགས་ཆད་དེ་ནང་དབྱུགས་ལ་  
 ཁབ་སོང་། དེ་ནས་གུར་དཀར་གྱི་ཅེས་ལ་ཐུག་སོང་། མགར་ཐུག་དེ་སོང་སྤྱི་  
 བཀོལ་སྤྱི་ལ་སང་། དེ་གྲོལ་སོང་། ཉེར་གུར་དཀར་མགར་ཐུག་ལ་མང་པོ་  
 འཐད་སོང་ནས། མིང་ལ་མགར་ཐུག་སང་གི་དོན་ལྡན་བདག་ས།

ཡང་དྲིང་མ་ཞག་ལ་མི་ཚང་མ་འཐམས་ཅེས་ལ་བསྐྱུས་བས། དེ་ཞག་  
 ལ་མགར་བ་ཉི་མིས་སིས། མགར་ཐུག་ལ་ཁབ་ཚགས་མ་གང་རྒྱད་པ་ལ་  
 བོར་དེན། ཁོ་རང་དཔག་ཁྲོལ་སོང་བས། ཐུགས་ཁབ་ཚང་མ་སྤྱི་ལ་ཅིག་ལ་  
 རྒྱད་དེ་ཁྲུང་དེ་སོང་བ། ཨ་བས་ཟེར་སྤྱི་ལ། ཐུགས་ཁྲོལ་ཅི་ལ་ཡོངས་ཁབ་དེ་  
 མ་རྒྱད་པ་ཟེར་ས། ཐུགས་ཁབ་ཚང་མ་རྒྱད་དེ་ཁྲུང་དེ་ཡོད། ཨ་བ་རང་ལ་  
 དགོས་ཡིན་བས་མ་སྤྱི་ལ་ཁྲོལ་པ་ཡིན་ཟེར་ས། དེ་ནས་ཁོས་བརྒྱས་པ། སྤྱི་ག་  
 དགུ་པ་རྒྱོན་པོ་དཀྱིལ་ལ་ལང་སྤྱི་ལ་དང་གུན་མཁན་ཡོད་ན་ཡོང་ཟེར་དེ་ནི་ཞིག་  
 ཡོད་ཚུག། དེ་ནས་ཐུགས་ཁྲོལ་ལ་ཡུབ་སྤྱི་ལ་ཟེར་ས། ཨ་བ་ལ། དེ་ཐུག་དང་  
 ང་འཐམས་ཡིན་བ་ཟེར་ས། ཁྲིད་བྱ་ངན་གྱིས་ཅི་ཟེར་འདུག། མི་ཚང་མ་ལ་  
 མ་ཁྲུབ། ཁྲིད་ལ་ག་ཟུག་ལ་ཁྲུབ་ཡིན་ཟེར་སྤྱི་ལ། ཡང་གུར་དཀར་ལ་ཚོར་  
 དེ་འདྲིས་པ། ཐུ་མགར་ར་ཉི་མིས་ཁྲིད་ཀྱི་བྱ་ཚས་ཅི་ཟེར་འདུག། མགར་རས་  
 ཁོ་བྱ་ངན་གྱིས་སྤྱི་ག་དགུ་པ་རྒྱོན་པོ་དང་འཐམས་ཡིན་ཟེར་འདུག་ལ་ཟེར་ས།



གྲུང་དཀར་གྱིས་སྒྲུབ་ལ་ཆ་ཡིན། འཕམས་ཆུག་ཟེངས། དེ་ནས་མགར་  
སྒྲུབ་ལངས་ཏེ་སྒྲུབ་འདི་ལྟར་བཏངས།

ཕྱང་ལྗེ་དབང་པོ་རྒྱལ་ཞིན་ལ་སློབ་གཅིག་ཡིན་ལོ།

བར་བཅན་གྱི་ཨ་མ་སྒྲུབ་མདུན་མ་ལ་སློབ་གཅིག་ཡིན་ལོ།

འོག་ཁྲུའི་ཁྲུ་རྒྱལ་སློབ་པོ་ལ་སློབ་གཅིག་ཡིན་ལོ།

ཕ་ལྷ་ཀར་ཟོང་སྟན་པོ་ལ་སློབ་གཅིག་ཡིན་ལོ།

མས་ལྷ་བཀྲར་དམན་རྒྱལ་མོ་ལ་སློབ་གཅིག་ཡིན་ལོ།

མཉམ་པོ་སྐྱེས་པའི་ལྷ་དགུ་ལ་སློབ་གཅིག་ཡིན་ལོ།

མཉམ་པོ་སྐྱེས་པའི་ཁྲུ་དགུ་ལ་སློབ་གཅིག་ཡིན་ལོ།

མྱིང་གི་ཕ་སྒྲུན་བཅོ་བརྒྱད་ལ་སློབ་གཅིག་ཡིན་ལོ།

མྱིང་གི་མ་སྒྲུན་བཅོ་བརྒྱད་ལ་སློབ་གཅིག་ཡིན་ལོ།

དེ་རིང་ང་ལ་སྒྲུང་རོགས་གིག་མཛད་ལོ།

དེ་ཆུག་ཟེང་ཏེ་ན། སློབ་དགུ་པ་སྟོན་པོ་དང་འཕམས་པ་སང་། སློབ་  
དགུ་པ་སྟོན་པོ་ས་ལ་གྱལ་ཏེ་ཤེས་ང་། དེ་མི་ཆང་མས་ཉལ་ཆོད་བཏང་སོང་།

སློབ་དགུ་པ་སྟོན་པོ་འི་གཉེན་ཆང་མ་ཡོང་ཕྱི་རོ་དེ་ཁྲར་ཏེ་བྱེངས། མི་ཆང་མ་  
ཡང་ཤོལ་སོང་།

དེ་ནིང་མ་ཞག་ལ་ན་པོ་ཁ་ལ་མེ་འབར་རི་ཁ་ལ་སྤུ་ཞོན་ཉན་ཡིན་ཆོད་  
ལྟ་ཡིན་ཟེར་ཏེ། མི་ཆང་མ་བསྐྱུས་པས། དེ་ཞག་ལ་མགར་ར་ཏེ་མིས་ཀྱིས་  
སྒྲུབ་ཁང་པ་སྒྲུང་ཅེས་ལ་བཅོད་ཏེ་ཁོ་རང་སོང་། དེ་ནས་མི་ཆང་མ་འདུས་ཏེ།

དེ་པོ་ཁ་ལ་མེ་འབར་ལ་སྒྲ་ལྟར་བལྟ་དེ་འོ་ཆེན་དག་ཡོད་ཚུགས། དེ་ནས་ཡང་  
 མགར་ཕྱག་དེས་ཁང་པ་ཚང་མ་ཁར་དེ་མིའི་ཁྱོ་ལ་ལྟ་ལ་ཡོངས། ཨ་བས་ཁ་  
 སྒྲིས་དེ་ཟེར་ས་པ། ལྷ་བྱ་ཚ། ཁང་པ་མ་སྒྲུང་བ་ཅི་ལ་ཡོངས་ཟེར་ས་པ། ཕྱ་གས་  
 ཟེར་ས། ཨ་བ་ལེ། ཁང་པ་དེ་དང་ཉང་ཚང་མ་ལ་མཐོང་ས་ཅུ་ཁྱོང་སྟེ་ཡོད་  
 ཟེར་ས་པ། ཨ་བ་ལ་ཅང་ཟེར་ས་ཉན་པས། དེ་ནས་མི་ཚང་མ་དེ་ཁྱོ་ཞོན་ནད་  
 ཚུགས་པ། མི་སྒྲུ་དེ་འོ་ཆེན་གཉིས་མི་ཁ་བསྐྱེབ། མི་སྒྲུ་དེ་འོ་ཆེན་གསུམ་མི་  
 བ་བསྐྱེབ། སྒྲུ་གཅིག་གི་ཁ་བསྐྱེབ། མགར་ཕྱག་གིས་ཡང་ཨ་བ་ལ་ཟེར་ས།  
 ཨ་བ་ལེ། དེ་བྱང་བྱའི་ཁང་ཞོན་ཡིན་པ་ཟེར་ས། དེ་ལྷག་གུར་དཀར་ལ་ཚོར་  
 དེ་འདྲིས་པ། ལྷ་མགར་ར་ཉི་མིས། ཁྱོ་རང་གི་བྱ་ཚས་ཅི་ཟེར་འདུག་ཟེར་ས།  
 ཨ་བ་དེས་ཟེར་ས་པ། ཁྱོས་དེ་པོང་བྱའི་ཁ་ཞོན་ཡིན་ཟེར་འདུག་ལེ་ཟེར་ས།  
 གུར་དཀར་གྱིས་སྒྲུ་ལ་ལ་ཆེན་ཞོན་ཚུགས་ཟེར་ས་པ། ཁྱོ་སོང་སྟེ་ཁྱེ་བ་ཞོན་  
 བ་ཚུགས་པ། མི་ཚང་མས་ཉན་ཞོད་བཏངས། དེ་ནས་ཁྱོ་མ་དུན་ལ་སོང་སྟེ།  
 བས་ཚོགས་ལ་འཐམ་སྟེ་ཞོན་ནད་ཚུགས། དེ་ནས་ཨ་བ་སོང་སྟེ། ཁྱོད་བྱང་བ་ཁྱོ་རང་  
 ད་ཚུགས་པ་དེ་ལ་ཞོན་མི་ཤེས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། འདི་ཕྱིགས་ན་ཞོན་ཟེར་དེ་  
 བསྐྱེབས་པ། དེ་ནས་ཁྱོ་སྒྲིབ་ཅིག་ལ་ཞོན་དེ། བས་མཁའ་ལ་སོང་ནས་གླིང་ཡུལ་  
 ལ་བསྐྱེབ་སྟེ། དེ་པོ་ཁ་ལ་མེ་འབར་དེ་གླིང་ཡུལ་ལ་བོར་དེ། ཡང་དེ་ཞིག་ལ་  
 ཞོན་དེ་ནས་མཁའ་ནས་བྱད་དེ་ཡོངས། དེ་ནས་དེ་དེ་གི་སོང་། མགར་ཕྱག་དེ་  
 གསོན་དེ་ལུས། དེ་ནས་མི་ཚང་མ་ཡས་ཚན་སོང་། མགར་ཕྱག་དེ་གུར་དཀར་  
 གྱི་རིན་ཅན་སོང་། ཞབས་ཁྱོ་སོང་སྟེ་ན། གུར་ཕྱག་སྒྲུ་ས་དེ་ལ་མ་ཚན་ལ་སྟེ་ལས་  
 ཡས་ཚན་མང་པོ་མཐོང་སྟེ། གུར་དཀར་གྱུ་པ་པོ་ལ་སྒྲུ་ཞིག་འདི་ལྟར་བཏངས། །

ཁྱེད་ཤོར་གྱི་རྒྱལ་པོས་སྤྲོ་མ་ངའི་དངོས་ལ་ཉོན་ངང་།

ཁྱེད་བྱར་དཀར་རྒྱལ་པོས་བྱར་རྒྱལ་ངའི་བདག་ལ་གསན་ངང་།

དེ་རིང་མཚན་ནི་སྟི་ལས་དེ་ངན་པ་ཞིག་མཐོང་ལོ།

དེ་རིང་གི་སྟི་ལས་དེ་ལྟས་ངན་ཞིག་མཐོང་ལོ།

སྤྱིང་གི་ལྟ་ཚང་མས་གསེར་ཐོད་གོན་པ་ཞིག་མཐོང་ལོ།

ཤོར་གྱི་ལྟ་ཚང་མས་བལ་ཐོད་གོན་དེ་དུ་བ་ཞིག་མཐོང་ལོ།

སྤྱིང་གི་དམག་ཚང་མ་ཤོར་ཡུལ་ལ་བསྐྱེབ་པ་མཐོང་ལོ།

ཤོར་ཡུལ་གཞུང་ལ་མེ་ཆེན་ཞིག་འབར་ར་མཐོང་ལོ།

མེ་ཆེན་དེ་ལ་ཆུ་ཆེན་ཞིག་སྤྲུག་པ་མཐོང་ལོ།

ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གུ་མ་སྤྱིང་ཡུལ་ལ་འབྱེར་བ་རིག་མཐོང་ལོ།

བྱར་དཀར་རྒྱལ་པོ་ཉེ་རང་བསད་པ་ཞིག་མཐོང་ལོ།

གསེར་རལ་ཅན་དང་གཡུ་རལ་ཅན་གཉིས་ཀའི་མགོ་བྲག་ཚུ་དུང་

དུང་ལ་སྐྱལ་བ་མཐོང་ལོ།

ཁྱེད་ལ་དམག་ཡོད་ན་སྤྲུས་ལོ།

ཁྱེད་ལ་མཁར་མེད་ན་རྩིག་ལོ།

གསལ་སྒོ་སྒྲོན་ལ་མ་བཏང་ན་འགྲོད་པ་དྲིང་ན་ཡོང་ཡིན།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ས་པ་སང་། བྱར་དཀར་དང་ཇོ་ཇོ་གཉིས་ཀྱིས་བྲག་ས་  
བཅོ་བཅོ་ཚུག་པ། སྤྱིང་ཡུལ་ནས་དམག་བཏང་ཕྱིར་དུ་དཔའ་བོ་ཚང་མ་སྤྲུང་གི་  
ལའི་ཅ་ཅ་བསྐྱེབ་སྤྱོད་ཚུག། དཔལ་ལོ་ཆོད་པོས་སྤྲུ་ཞིག་བཏང་ས།



ངའི་མདའ་མོ་ཁྱོད་ཉོར་ཡུལ་ལ་འགྲོ་དགོས་ལོ།  
 མདའ་མོ་དཀར་པོ་འི་ལས་བསྟན་དེ་ཉོར་ཡུལ་ལ་སོང་ལོ།  
 ཉོར་གྱི་བྱའི་ཀ་ལ་འཕྱོག་པ་རིག་དགོས་སྟབས།  
 གུར་དཀར་རྒྱལ་པོ་ལ་རྒྱར་མོ་དྲག་པོ་ཞིག་ཡོང་གི།  
 གླིང་ཀེ་སར་ལ་མེན་ནི་མདའ་འཕྱུད་པ་མ་ཉན་གི།  
 མགར་ར་བརྒྱའི་མེ་བཅད་མ་ཕོག་གི།  
 ཤིང་མཁན་བརྒྱའི་སྟེབ་བཅད་མ་ཕོག་གི།  
 མི་ཤེད་ཅན་སྟུ་ལ་ཡང་འཕྱུད་པ་མ་ཉན་གི།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་དེ་མདའ་དཀར་པོ་འི་ལས་བསྟན་དེ་བཏངས་པས། མདའ་  
 དེ་ཉོར་གྱི་འབྲུས་སི་ཀ་བ་ལ་ཕོག་སོང་། དེ་ནས་གུར་དཀར་རྒྱལ་པོ་ལ་རྒྱར་  
 མོ་དྲག་པོ་ཡོངས་པས། ཡུལ་གྱི་ཤིང་མཁན་ཚང་མ་བསྟུ་སྟེ། མདའ་དེ་  
 བཅདས་པ་ཅ་པིག་འང་མ་ཉན་སོང་།

དེ་ནས་མགར་ར་ཚང་མ་ཁྱོད་སྟེ་མེ་བཅད་བཏངས་པ་མ་ཉན། དེ་ནས་  
 ཅི་ཡང་བཅོ་ཐབས་མ་ཡོངས་པས། མགར་ཕྱག་སོང་གི་དོན་ལྡན་ལ་བོས་པ།  
 རྒྱལ་ཟེར་དེ་གཡོག་མོ་བལ་ཁོལ་མ་དེ་བོས་པ་བཏངས། ཁོ་སོང་སྟེ་མགར་ཕྱག་  
 ལ་ཟེརས་པ། བླ་མགར་ཕྱག། ཉོར་གུར་དཀར་རྒྱལ་པོ་ལ་རྒྱར་མོ་དྲག་པོ་  
 ཡོད། འབྲུས་སི་ཀ་ལ་གླིང་པ་དེ་མདའ་ཞིག་ཕོག། སྐམ་ཆེན་ཁྱར་དེ་ཡོང་།  
 ཐོ་བ་ཆེན་མོ་ཁྱར་དེ་ཡོང་ཟེརས་པ། མགར་ཕྱག་གིས་སྐམ་ཆེན་ཁྱར་དེ་ཨ་བྱ་  
 ལང་བ་སོང་། ཐོ་བ་ཆེན་མོ་ཁྱར་དེ་ཨ་མ་ལང་བ་སོང་། ང་ཐོ་རས་ལ་འཁྱར་  
 ཉོ་ཡོང་ཡིན་ཟེརས་པ། གཡོག་མོ་དེ་ཡོག་སྟེ་སོང་། ཐོ་དེ་རྒྱལ་པོ་ལ་ཡང་བལ་

ཁོལ་མ་བོས་པ་ཡོངས་པ། མགར་ཕུག་སིང་གོ་དོན་ལྡན་མཁར་ལ་སོང་།  
 དེ་ནས་བལྟས་པ། ཨ་གུ་དབལ་ལེའི་མདའ་ཡིན་བ་ཤེས་དེ། རྩོ་རྩོ་འབྲུ་གུ་མ་  
 ལ་ཟེར་ས། རྩོ་རྩོ་ལེ། ཉེ་རང་གིས་འདི་རིང་གླིང་ཡུལ་ལ་བརྟུགས་པ་མཆོག་  
 སེ་གོན་ཅེས་གོན། ཐོག་ཅིག་དོང་། ཀལ་ཙོར་རོན། ཅུ་འིན་ཞིག་དེ་རྒྱག་ཟེར།

གསེར་པོ་འི་གསེར་མཁར་མ་ལྡན་ཅིག།  
 གླིང་མཁར་ཅེ་དག་རང་མཁར་ལྡན་ཅིག།  
 ཉོར་གུར་དཀར་གྲོགས་སྐལ་མ་ལྡན་ཅིག།  
 གླིང་གོ་སར་གྲོགས་སྐལ་ལྡན་ཅིག།  
 གསེར་རལ་ཅན་དང་གཡུ་རལ་ཅན་བྱ་སྐལ་མ་ལྡན་ཅིག།

དེ་རྒྱག་ཟེར་ན་མདའ་དེ་འབྲུད་ཡིན་ཟེར་ས་པ། རྩོ་རྩོས་ཁོས་བསྐྱབས་  
 མཁན་ནང་ལྟར་ཅུ་འིན་ཞིག་དེ་རྒྱག་ཟེར་ས་པ་མདའ་དེ་འབྲུད་དེ་ཡོངས། དེ་ནས་  
 མདའ་ལྟོང་ནང་དུ་མར་གྱི་ཡལ་ཅིག་བཅང་སྟེ། གུར་དཀར་གྱི་མདའ་དོང་ནང་  
 དུ་ཁྱེར་དེ་བོར་ཟེར་ས་པ། མདའ་དེ་མདའ་དོང་ནང་དུ་ཁྱེར་དེ་བོར་ས། དེ་ནས་  
 གུར་དཀར་ཡང་ཕན་སོང་། མདའ་དེས་ཉོར་གྱི་མདའ་ཚང་མ་བཅག་སྟེ་མེད་  
 མཁན་བཙུགས། མདའ་དེ་ལོག་སྟེ་དབལ་ལེ་རྩར་སོང་།

No. 6.

ཉོར་གྱིས་གླིང་ཡུལ་གྱི་དམག་ངོ་དོག་འཁྱོང་ཅེས་ཡིན་འགོ། ལྷ་མཁན་  
 མི་ཞིག་བཅང་ན་སྐྱ་བཅང་ཡིན་ཟེར་དེ་གྲགས་བཙུགས་པ། མགར་ཕུག་སིང་གོ་དོན་  
 ལྡན་བཅང་ཅེས་ལ་ཁ་ཆས་ས། དེ་ནས་དེ་རྒྱག་ཚར་དེ་མགར་ཕུག་ཁང་པ་ལ་ཡོང་།

ཕྱེ། ཡ་བུ་དང་སྤྱིང་མོ་ལ་ཟེར་ས། ང་གྱིང་བའི་དཔག་ལ་ལྷ་མོ་ལ་སོང་ཟེར་  
འདུག་ཟེར་ས་པ། སྤྱིང་མོ་གར་ཆ་ཆོ་མོ་གར་དཀར་རྒྱལ་པོ་ལ་ཉུ་ཕུལ་ལ་  
སོང་། གསེར་གལི་གང་སྤང་སྟེ་ཁྱེ་ཁྱེ་དེ་སོང་སྟེ་གར་དཀར་རྒྱལ་པོ་ལི་ཅར་སོང་  
སྟེ་ཁྱེ་འདི་ལྷར་བྱངས།

ཉོར་གྱི་རྒྱལ་པོ་སུའི་ན་ཉོ་དངོས་ལ་ཉོན།  
གར་དཀར་རྒྱལ་པོ་སུའི་ན་ཉོ་བདག་ལ་གསུན།  
ངའི་སིང་བོ་དཔག་ལ་ལྷ་མ་བདང་ལོ།  
ངའི་སིང་བོ་ལ་སྤངས་ཤིག་མེད་ལོ།  
ངའི་སིང་བོ་ལ་གྲོས་ཤིག་ཅང་མེད་ལོ།  
ཡང་ན་ཁོ་ལ་ཉོན་དྲ་ཞིག་མེད་ལོ།  
ཡང་ན་ཁོ་ལ་མདའ་གཉུ་ཞིག་མེད་ལོ།  
ཡང་ན་ཁོ་ལ་དབུང་གཏད་ཅིག་མེད་ལོ།  
ཡང་ན་ཁོ་ལ་ཁར་ཇི་ཡང་ཁྱར་གྱི་མེད་ལོ།

དེ་ཟུག་ཟེར་ས་པ། གར་དཀར་རྒྱལ་པོ་ལ་སྟོ་ཡོང་སྟེ་ཁྱེ་ཞིག་འདི་ལྷར་བདངས།  
མགར་མོ་བྱོད་ཚུར་ས་ཡོང་པར་ལ་སོང་།  
ཁོ་ལ་ལས་རྒྱས་མེད་ན་གྱིང་ཡུལ་ནས་འདིར་ག་ཟུག་ལ་བསྐྱེབ།  
ཁོ་ལ་སྤངས་མེད་ན་པོ་ལད་གཏད་གཉུ་ཅགས་ས།  
ཁོ་ལ་གྲོས་མེད་ན་སྟོག་དགུ་པ་གྲོན་པོ་བསདས་ས།



ཁོ་ལ་ལྷངས་མེད་ན་དྲོ་ཁ་ལ་མེ་འབར་བདུལ་ལ།

ཁྱོད་ཚུར་མ་ཡོང་པར་ལ་སོང་།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་དེ་དབང་ཅོ་ལྷ། ཁོར་གྱི་དམག་ཅས་དང་ལག་ཆ་ཚང་མ་བཀལ་  
 ཏེ། དྲ་ཀྱལ་བ་ཞིག་བཏང་ལྷ། ཁོར་གྱི་དབང་པོ་བཞི་བཅུ་མཉམ་པོ་བཏངས།  
 དེ་ནས་སྤང་མོ་མགར་ཆ་ཆོ་རོན་མོས། མགར་ཕྱལ་སང་གེ་དོན་ལྷན་ལ་བསྐྱབ་  
 བྱ་བཏང་ལྷ་ཁྱུ་འདི་རྩར།

ཨ་ཅེ་བའི་ནོ་ནོས་དངོས་ལ་ཉན་ལོ།

མགར་ཕྱལ་སང་གེ་དོན་ལྷན་བདག་ལ་གསན།

ཞག་གསུམ་སོང་ལྷ་ལམ་ཅོག་པོ་ཞིག་ཡོད།

དེ་ལམ་ལ་ཀར་དར་བཅོ་ལྷ་སོང་ལོ།

དེ་ནས་རྩ་ཐོ་དཀར་པོ་ཞིག་ཡོད་ལོ།

རྩང་རྩ་ཡུལ་ལི་རྩ་ཡིན་དེ་ཤིག་ལྷ་སོང་།

དེ་ནས་རྩ་ཐོ་དམར་པོ་ཞིག་ཡོད།

དེ་བར་བཅན་གྱི་རྩ་ཐོ་ཞིག་ཡིན་དེ་ཡང་ཤིག།

དེ་ནས་རྩ་ཐོ་ནག་པོ་ཞིག་ཡོད།

དེ་ལོག་ཁྱུ་ཡུལ་ལི་ཡིན་དེ་ཡང་ཤིག་ལྷ་སོང་།

དེ་ནས་རྩ་ཐོ་སྐྱུག་པོ་ཞིག་ཡོད།

དེ་ཁོར་གུར་དཀར་གྱི་རྩ་ཐོ་ཡིན།

ར་སྐྱུ་སྐྱུག་པོ་ཞིག་བསད་དེ་གསོལ་དེ་སོང་།

དེ་ནས་སྤང་གི་ལའི་ཁ་སླེབ་ཆེན།  
 དེ་ཅ་སྤྱིང་པའི་དམག་བསྐྱབ་མྱེ་ཡོད་ན།  
 ཏྲ་མ་བསྟན་ན་མཆོག་སྟོན།  
 མདའ་མ་བསྟན་མདའ་རྩོང་སྟོན།  
 བཞུ་མ་བསྟན་བཞུ་མགོ་སྟོན།  
 མི་མ་བསྟན་དེ་པེ་སྟོན།  
 སྤྱིང་པའི་དམག་ངོ་དྲོག་ལ་ཡོད་ན།  
 རིའི་སེམས་ཅན་ཚང་མ་འགྲུལ་བ་མཐོང་ཡིན།

དེ་རྒྱལ་བསྐྱབ་བྱ་བཏང་སྟེ་ན། མགར་བྱུག་སང་གོ་དོན་ལྡན་དང་། རྟོར་གྱི་  
 དཔའ་བོ་བཞི་བཅུ་མཉམ་པོ་སོང་། ཞབ་གསུམ་འགྲུལ་དེ་ན། དེ་ལམ་རྩོག་  
 པོ་འི་རྩ་ཅུ་བསྐྱབ་པ། ཁོ་སྟོན་ལ་སོང་སྟེ་ལམ་ཕྱ་མོ་ཞིག་གི་རྩ་རིབ་ཤིང་ཞིག་གོན་  
 ཏེ་འདུག་སྟེ། རྟོར་གྱི་དཔའ་བོ་ཚང་མ་ཆོས་ལ་ཆུའི་ནང་དུ་འཕྱུལ་དེ་བཏང་སྟེ།  
 གཞིག་ཀྱང་མེད་མཁན་བཅོས་བཏངས། དེ་ནས་ཁོ་རང་གཞིག་པོ་སོང་། ལྷ་མགོ་  
 དཀར་པོ་དམར་པོ་ནག་པོ་ཚང་མ་དང་བྱུག་པ། ཁོས་གསོལ་གྱིན་མཆོད་གྱིན་  
 ཞིག་སོང་བས། དེ་ནས་ལྷ་མགོ་སྤྱུག་པོ་དང་བྱུག། དེ་རྟོར་གྱི་ཡིན་པ་སང་།  
 ཤིག་སྟེ་མེད་མཁན་བཅོ་སྟེ་སོང་། དེ་ནས་ཨ་སྤང་སྤང་གི་ལ་མགོ་ལ་བསྐྱབ་སྟེ་  
 བརྩས་པ། ཨ་རོས་ལ་རྩ་ལ་སྤྱིང་པའི་དམག་བསྐྱབ་སྟེ་ཡོད་ཅུག། ཀྱང་ཞོད་  
 དབྱེར་པ་ལ་སྒྲ་བསྟན་དེ་འོ་བ་ཆེན་དེ་བརྩབ་སྟེ་ཐེ་ཆོ་བཏང་སྟེ་ན། སྤྱིང་པའི་དམག་  
 འབྲང་ལ་འཕྱུད་བཏངས། ཁོ་རང་ལ་མགོ་ན་དབྱིབ་སྟེ་མགོ་པིང་སྟེ་འདུག་ས།

མདའ་ཕྱོང་པོང་ཕྱོང་བོངས། གཞུའི་མགོ་དེ་པོང་ཕྱོང་བོངས་པ། སྤྱིང་པའི་ལྷ་བ་  
མིག་གི་རབ་ལ་དེ་ལ་ལའི་མགོ་ན་མཐོང་ཕྱོང་ཁྱེ་ཞིག་འདི་ལྷར་བཤངས།

ཀྱེ་མ་གསན་དང་ཨ་ག་ལེ།

ཤེ་མ་གསན་དང་དཔལ་ལེ་ལེ།

སྤར་གྱི་ལ་ན་ཏོར་གྱི་སོ་པ་འདུག།

དྲ་ནི་མ་མཐོང་ནམ་ཚོག་ཟམ་མཐོང་འདུག།

མི་དེ་མ་མཐོང་དེ་པི་ཟམ་མཐོང་འདུག།

མདའ་དེ་མ་མཐོང་མདའ་ཕྱོང་ཟམ་མཐོང་འདུག།

གཞུ་ནི་མ་མཐོང་གཞུ་མགོ་ཟམ་མཐོང་འདུག།

ང་དང་དཔའ་བོ་འི་ལྷ་ག་རེས་སྤྱེ་ཞིག་ཡིན།

ཏོར་གྱི་སོ་པ་ལ་ལྷ་ལ་ཆ་དགོས་སྤྱེ།

དེ་ཟམ་ཟེརས་པ། ཨ་ག་དཔལ་ལེས་ཞིབ་ཆ་བལྟས་པ། ཅི་ཡང་མ་  
མཐོང་བས། ལན་དུ་ཁྱེ་འདི་ལྷར་བཤངས།

ཁྱིད་ལྷ་བ་མིག་གི་རབ་ལ་དངོས་ལ་ཉིན་ལོ།

མིའི་ཁྱིས་མ་མཚན་འདྲེ་མཐོང་ཅན་ལོ།

ཁྱིད་ཀྱི་ཁྱིས་མ་ཉིན་འདྲེ་མཐོང་འདུག།

ང་ཞ་ཚང་མ་མཐོང་བ་མིན་འདུག་ལོ།

ཏོར་གྱི་སོ་པ་ག་ན་འདུག་ལོ།



དེ་ཐུག་ཟེར་ས་པ། ལྷ་བ་མིག་གི་རབ་ལ་སྤོ་ཡོང་སྟེ། སྤུ་ཐུང་ས་གཅིག་  
 ནང་དུ་མགོ་བཏང་ས། སྤུ་ཐུང་ས་གཅིག་ནང་ཀང་པ་བཏང་སྟེ་གཉིད་ལོག་སྟེ་  
 འདུག་ས། དེ་ནས་ཨ་གུ་དཔལ་ལེས་ལྷ་འིན་ཞིག་འདུག་ས་པ་སང་། ཁོ་ལ་  
 ཡང་སྤྲིབ་ཅིག་མགོང་སོང་བས། དཔལ་ལེས་གོང་མ་བྱ་ཚ་ལྷ་ག་རེས་ལ་བསྐྱོས་  
 བས། ཏྲ་དེ་དུང་གི་དར་དཀར་བཏང་སྟེ་ཁོ་སོང་། ཁོ་དེ་ལ་མགོ་ལ་བསྐྱེབ་ཅོན།  
 མགར་ཐུག་དེ་པོ་རོན་ཅིག་ལ་ཐུལྟེ་ནས་མཁའ་རྩ་ཤོར་སོང་། གོང་མ་བྱ་ཚ་ཁ་  
 ལ་ཐུལྟེ་དས་པ། རོན་ཀྱིས་ཆ་འིན་ཞིག་དང་། ས་མི་ཙེ་ཞིག་ལ་ཐུལྟེ་  
 གཤམ་ལ་གསེབ་ས་ཤིག་གི་ནང་རྩ་ཤོར་བ། གོང་མ་བྱ་ཚ་ལ་ཏྲ་ར་ཞིག་ལ་ཐུལྟེ་  
 དས། དེ་ཐུག་མང་པོ་བཅོས་པ་སང་། གོང་མ་བྱ་ཚ་ངལ་ཏྲ་ལོག་སྟེ་ཡོང་སྟེ་  
 དམག་འབྲང་ལ་བསྐྱེབ་སོང་། ཨ་གུ་དཔལ་ལེ་ལ་ཟེར་ས། འདི་ཏྲ་ཡང་ངལ་  
 སོང་། ང་རང་ཡང་ངལ། ཡང་ཞིག་སྤུ་བཏང་ན་འང་ཏྲ་ཟེར་ས།

ཡང་ལྷ་ག་རེས་དེ་དཔལ་མེདི་ཨ་སྤྲུག་ཡིན་ཚུག་པས། དཔལ་མེདི་ཨ་  
 སྤྲུག་ལ་ཏྲ་ནག་ཁྲོ་རིངས་བཏང་སྟེ། ཁོ་ཞོན་ཏྲ་མདུང་སྒོར་ཁྲོང་འིན་ཞིག་སོང་།  
 ཁ་ན་མེ་འབར་རིན་ཞིག་དེ་ས་ཁྲུ་ལ་བསྐྱེབ་པ་སང་། མགར་ཐུག་དེ་རིདི་ག་  
 བ་ཞིག་ལ་ཐུལྟེ་ཤོར་སོང་། དཔལ་མེདི་ཨ་སྤྲུག་བྱི་ཞིག་ལ་ཐུལྟེ་དས་པ།  
 རུདི་ཉ་ཞིག་ལ་ཐུལྟེ་ཤོར་སོང་། དཔལ་མེདི་ཨ་སྤྲུག་རྩ་སྤྲུག་ལ་ཐུལྟེ་དས་པ།  
 ཡང་ར་མ་ཞིག་ལ་ཐུལྟེ་ཤོར་བ། སྤུང་ཁྲུ་ལ་ཐུལྟེ་དས། དེ་ཐུག་མང་པོ་བཅོས་  
 པ། ཏྲ་ནག་ཁྲོ་རིངས་དེ་ངལ་ཏྲ་ཆད་སོང་བ་སང་། ཏྲ་མང་པོ་དུང་སྟེ་དེར་  
 པང་སྟེ། དམག་འབྲང་ལ་ཡོང་སྟེ། ཀྱང་གོད་དབྱེར་པ་ལ་ཞོན་ཅས་བཅོས་པ།  
 དཔལ་ལེས་ཟེར་ས། ཡ་དཔལ་མེདི་ཨ་སྤྲུག་། ཁྲོ་རང་སྒོན་བ་ཞིག་མེན་ན།

ད་ལྟ་ཚུགས་ཀྱང་གོད་དབྱེར་པའི་ཁ་མི་སྤྲུལ་ཀྱང་ལག་པ་མ་བཤངས། ད་དེ་གླིང་  
 ཀེ་སར་རྒྱལ་པོའི་ཡིན། ཁྱོད་ག་ཟུག་ལ་ཞོན་ཡིན་ཟེར་ས་པ། དཔལ་མེད་ཨ་  
 ལྷག་ལ་སློ་ཆེན་སོ་ཡོང་ཕྱེ་ཟེར་ས། ཁྱོད་ཁྱི་གན་གྱིས་དེ་ཟུག་ཟེར་དེ་གླིང་གི་ཤ་  
 སྦྱིང་མར་སྦྱིང་ཟན་སྦྱིང་ཚང་མ་ཚར་བཅུགས། ད་ལྟ་ཉེར་གྱི་སོ་པ་ནག་ཚང་  
 འབྱུང་དེ་ཆེན་ཟེར་དེ་དབང་བཅོ་ཕྱེ། ཀྱང་གོད་དབྱེར་པ་ལ་ཞོན་དེ་སོང་བས།  
 ཀྱང་གོད་དབྱེར་པ་ལ་ཀེ་སར་ཡིན་པ་ཤེས་དེ་ཡང་རི་ཞིག་ལ་ཁྱར་དེ་བྱིར་ས་པ།  
 དེ་ནས་ཡང་ལོག་ཕྱེ་བྱོངས་པ། མགར་ཐུག་གིས་ཀེ་སར་རི་དངོས་བསྟན་ས་པ།  
 དཔལ་མེད་ཨ་ལྷག་ལ་སློ་ཡོང་ཕྱེ་ཟེར་ས། ཁྱོད་བསམ་པ་མེད་མཁན་ནི་ཀེ་སར་  
 གྱིལ་པོ། ཁྱོད་དངོས་མ་བསྟན་བ། ང་ལ་ནགས་སང་པོ་མཐོང་། ཁྱོད་གྱིས་དེ་ཟུག་  
 བཅོས་པ་གླིང་མཁར་ཤལ་མ་ལ་གུར་སོང་། ཇོ་ཇོ་འབྲུག་གུ་ཉེར་གྱིས་བྱིར་ས།  
 གླིང་གི་ཤ་སྦྱིང་ཚར། མར་སྦྱིང་ཟན་སྦྱིང་ཚང་མ་ཚར་སོང་། ད་རུང་ཡང་ཡངས་  
 པ་བཅོ་རུག་ག་ཟེར་ས ॥

## No. 7.

དེ་ནས་ཀེ་སར་དང་དཔལ་མེད་ཨ་ལྷག་གཉིས་ཀ་གླིང་པའི་དམག་འབྲང་ལ་  
 སོང་། དེ་རུ་ཚང་མ་འཛོམས་ཕྱེ་ཀེ་སར་གྱིས་ཟེར་ས། ང་སྟོན་ལ་ཆེན། ཁྱི་ཞ་  
 དཔལ་པོ་བདུན་ཉིང་ན་ཡོང་ཟེར་དེ། ཀེ་སར་སོང་ནས་ཉེར་ཡུལ་ལ་བསྐྱེབ་ཕྱེ།  
 གུར་དཀར་ལ་ཟེར་ས་པ། རྒྱལ་པོ་ལ། དམ་གཅིག་ཡོད་ན་སྤྲུལ། མཁར་རྩིག་  
 བཅིག། གླིང་པའི་དམག་སང་པོ་ཡོང་འདུག། ང་དང་མཉམ་པོ་སོང་མཁན་ནི་  
 དཔལ་པོ་ཚང་མ་གླིང་པའི་དམག་གིས་བསཤ་ཚར། ང་རང་གཅིག་པོ་འབྱུང་  
 སོང་། གླིང་པའི་དམག་ཚལ་པ་འདུག་ཟེར་དེ་ན། ཁོ་མགར་པའི་ཁང་པ་ལ་



སོང་། དེ་ནས་མགར་ར་ཉི་མིས་ཡང་བྱ་ཚ་བསྐྱབ་ཟེར་དེ་སང་པོ་འཐད་སོང་།  
 སྤང་མོ་ཡང་འཐད་དེ་ཀལ་ཙེར་སྒྲགས། ཞག་བདུན་སོང་ཕྱི་ན། སྤྱིང་བའི་དཔལ་  
 བོ། ཨ་གྲུག་ནི། ཞོང་མ་བྱ་ཚ། ལྷ་བ་མིག་གི་རབ་ལ། ན་གཡུ་ན་ཅལ།  
 མདའ་དཔོན་གོང་མ། དཔལ་མོའི་ཨ་སྒྲག། ཞོང་ཚང་ཀ་དྲ་རེ་ལ་ཞོན་དེ་དྲ་རེ་  
 བྱིད་དེ་བྱོངས་པ། གུར་དཀར་རྒྱལ་པོ་ལ་མཐོང་ཕྱི་ཆོ་ཆོ་ལ་སྒྲུ་ཞིག་བཏངས་སོང་།

ཆོ་ཆོ་སོ་མས་དངོས་ལ་ཉོན་ལོ།

ཆོ་ཆོ་འབྲུ་གུ་མས་བདག་ལ་གསན་དང་།

ངའི་ཨ་བའི་དུས་ལ་དྲ་ཚོངས་པ་མ་བསྐྱབ་ལོ།

ངའི་མེ་མའི་དུས་ལ་ཡང་དྲ་ཚོངས་པ་མ་བསྐྱབ་ལོ།

དྲ་དེ་ཚང་ཀ་བྱོང་ཕྱི་བྱུ་ལ་ཞོན་དྲ་ཞིག་བཙུ་ཡིན།

མི་དེ་སྒྲོན་མ་བྱོང་ཕྱི་བྱུ་ལ་གཟིམ་དཔོན་བཙུ་ཡིན།

དེ་སང་དྲིང་མ་བྱོང་ཕྱི་བྱུ་ལ་གསོལ་དཔོན་བཙུ་ཡིན།

དེ་སང་དྲིང་མ་བྱོང་ཕྱི་བྱུ་ལ་ཞིབ་དཔོན་བཙུ་ཡིན།

དེ་སང་དྲིང་མ་བྱོང་ཕྱི་བྱུ་ལ་ཁུ་དཔོན་བཙུ་ཡིན།

དེ་སང་དྲིང་མ་བྱོང་ཕྱི་བྱུ་ལ་ཤིང་དཔོན་བཙུ་ཡིན།

དེ་སང་དྲིང་མ་བྱོང་ཕྱི་བྱུ་ལ་སྒྲོ་སྒྲུངས་བཙུ་ཡིན།

དེ་སང་དྲིང་མ་བྱོང་ཕྱི་བྱུ་ལ་བྱི་ཆོ་བཙུ་ཡིན།

དེ་རྒྱག་ཟེརས་པ། ལན་དུ་ཆོ་ཆོ་སྒྲུ་འདི་ལྷ་ར་བཏངས།

བྱིད་ཉེར་ངན་ཚོག་པོས་དངོས་ལ་ཉོན་ལོ།

བྱིད་ན་མེད་བོང་བྱས་བདག་ལ་གསན་ལོ།



ཁྱིམ་ཅ་བ་མེད་པའི་གླིང་ཏུ་ཉོན་དང་།

དེ་ན་མི་ཚང་མ་གླིང་གི་དཔའ་བོ་ཡིན་ལོ།

གླིང་གི་དཔའ་བོ་རྒྱལ་བ་ཚང་ཀ་ཡིན་ལོ།

དེ་ན་མི་ཚང་མ་ཁྱིམ་མི་ཐོབ་ཅས་ཡིན་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེངས་པ། རྟོར་གུར་དཀར་རྒྱལ་བོ་ཡིད་མ་ཆེས་པས། ཡང་གར་  
ལྷངས་པ་བཙོན་ཁང་ནས་ཕིང་སྟེ་འདྲིས་པ། ཡང་གར་ལྷངས་པས་ལན་དུ་གྲུ་  
འདི་ལྟར་བཏངས།

ཁྱིམ་བསམ་བ་མེད་པའི་རྟོར་འན་དངོས་ལ་ཉོན།

དེ་ན་བ་ཚང་མ་གླིང་པའི་དཔའ་བོ་ཡིན།

གླིང་པའི་དཔའ་བོ་ཚང་ཀ་དེ་ཀྱན་ཡིན་ལོ།

ཁྱིམ་གྱིས་གླིང་ཡུལ་ལ་དཔའ་བོ་མེད་བསམ་མ།

སྟོན་ལ་རྟོར་ཡུལ་ལ་མི་ཞིག་ཤུ་ཡིན་ལོ།

རྟོར་ན་རྟོར་ཡུལ་ལ་ཅུ་ཞིག་སྒྲུག་ཡིན་ལོ།

མི་རེ་ཅུ་ཡིས་བསམ་ད་པ་ཞིག་བཙོན་ཡིན་ལོ།

ཁྱིམ་ལ་དམག་ཅིག་ཡོད་ན་སྤུས་ལོ།

ཁྱིམ་ལ་མཁར་ཞིག་མེད་ན་ཅིག་ལོ།

ཁྱིམ་ལ་གཏས་གསུམ་ཟེར་བའི་ཟེར་ཡོང་མི་ཡོང་།

ཁྱིམ་ལ་གོས་གསུམ་གྱི་བ་ཡོང་མི་ཡོང་།

དེ་ལྟུང་ཟེར་ས་པ་ཉོར་གུར་དུ་ཀར་ལ་སྤོ་ཡོང་སྟེ། ཡང་གར་ལྟངས་པ་དེ་  
 ལྷགས་ཀྱི་དྲ་མིག་ནང་དུ་རྒྱང་སྟེ། མཁར་གྱི་མགོ་ནས་ཆར་ལ་བཏང་སྟེ་བོར་ས།  
 དེ་ནས་མདའ་དཔོན་གོང་མ་ལྷ་ལ་སོང་བ་སང་། ཡང་གར་ལྟངས་པ་ཆར་ལ་  
 ཡོད་པ་མཐོང་། མདའ་དཔོན་གྱིས་དཔལ་སོའི་ཨ་ལྷག་ལ་ཟེར་ས། ཨ་མ་  
 དཔལ་སོའི་ཨ་ལྷག་ལེ། ཨ་མ་རང་ལ་ཡང་གར་ལྟངས་པ་ལེན་ཐུབ་ན། ལྷགས་  
 ཐག་ངས་བཅད་ཐུབ་ཡིན་ཟེར་ས། དཔལ་སོའི་ཨ་ལྷག་གིས་ཁྱབ་ཡིན་ཟེར་དེ་  
 ལེན་ས་པ། མདའ་དཔོན་གྱིས་ལྷགས་ཐག་དེ་བཅད་བཏངས་པ། ཡང་གར་ལྟངས་  
 པ་ཡང་དཔལ་སོའི་ཁྱོལ་བསྐྱབ་སོང་། དེ་ནས་ཇོ་ཇོས་ཉོར་གྱི་གོས་གོན་དེ།  
 ལྷལ་མགོ་ཆབ་ཀྱན་ནང་དུ་ཆང་ཁྲ་དེ་ཆང་གི་ནང་དུ་དུག་ཇུས་མང་བོ་བཏང་སྟེ།  
 ཀལ་ཙོར་རོན་དེ་ཁྲར་ནས། རྒྱིང་པའི་དཔལ་སོའི་མདུན་ལ་སོང་སྟེ་ཁྱུ་འདི་ལྟར་  
 བཏངས་སོ།

འདི་རྒྱིང་གི་དཔལ་སོའི་ཀྱན་དངོས་ལ་ཉོན་ལེ།  
 རྒྱིང་གི་དཔལ་སོའི་ཆང་ཀས་བདག་ལ་གསན་ལེ།  
 ད་ཕྱི་རྒྱིང་ཡུལ་ལ་ཡོད་ཅ་ན་རྒྱིང་ཡུལ་ལི་གོས་ཡོད་པིན།  
 དག་ས་ཉོར་ཡུལ་ལ་བསྐྱབ་པ་ཉོར་གོས་གོན་དགོས།  
 ད་ཕྱི་རྒྱིང་ཡུལ་ལ་ཡོད་ཅ་ན་གཡུའི་སྟོག་པ་ཡོད་པིན།  
 དག་ས་ཉོར་ཡུལ་ལ་བསྐྱབ་པ་ཉོར་དྲིབ་གོན་དགོས།  
 འདི་ཕྱི་ལ་དཔལ་སོའི་ཀྱན་ལ་འོབ་རྒྱལ་ཞིག་མཐོང་ལོ།  
 ལྷལ་མགོ་ཆབ་ཀྱན་ནང་དུ་སྐྱེས་ས་ཤིག་ཡོད་ལོ།

ང་ཡིས་བཅས་མཁན་མེན་བཅའ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཡོ།

ཉི་ཉེ་སྐྱེས་སྐྱེ་ཡོད་ན་སྐྱེས་སྐྱེས་བྲང་ཞིག་འདོན་ཡོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེངས་པ་སང་། མགོང་མ་ནོན་སོ་ཀོ་རེ་པེངས་པ། དེ་ཚུག་པ་  
མདའ་དཔོན་མགོང་མ་ལ་དུག་ཡོད་ཅེས་ཤེས་དེ་ཟེངས། རྩོ་རྩོ་ལེ་སྤོན་ལ་སྤྱེང་ལྷ་  
ཡུལ་ལ་ཤུལ། དེ་དྲིང་ན་བར་བཅན་ཡུལ་ལ་ཤུལ། དེ་དྲིང་ན་འོག་ཁྲུ་ཡུལ་ལ་  
ཤུལ། བས་ལྷ་ཀར་ཟེང་སྤྱན་བོ་ལ་ཤུལ། མས་ལྷ་བཀུར་དམན་རྒྱལ་མོ་ལ་ཤུལ།  
སྤྲིང་ཀེ་སར་རྒྱལ་བོ་ལ་ཤུལ། ཟེར་དེ་མདའི་མགོ་དང་པངས་བདངས་པ། ས་དོ་  
གོས་ས་གནས་ལ་སོང་། གནས་དོ་གོས་ས་ས་ལ་བྱད། དེ་ནས་དཔལ་ལེ་ཚོད་པོ་  
ལ་སྤོ་ཡོང་སྤྱེ་རྩོ་རྩོ་རྒྱས་སྤྱེ་ཁྲུ་འདི་ལྟར།

ཨོ་ནོ། དཔལ་ལེ་ངའི་གྲི་ལ་གྲི་བ་ཤད་ཅིག་ཡོད་ཡོ།

ཚོད་པོའི་གྲི་ལ་གྲི་བ་ཤད་ཅིག་ཡོད་ཡོ།

ལོ་གསུམ་སྤྱེང་གི་ལྷ་ཡུལ་ལ་བོད་པ་ཡིན།

ལྷ་འཁོར་གསུམ་བརྒྱ་དུག་བཅའི་ལྷ་བྱིས་ཤིག་འཕྱོག་པིན།

ལོ་གསུམ་བར་གྱི་བཅན་ཡུལ་ལ་བོར་པ་ཡིན།

བཅན་ཨ་མ་སྐབས་དུན་མའི་བཅན་བྱིས་ཤིག་འཕྱོག་པིན།

ལོ་གསུམ་འོག་གི་ཁྲུ་ཡུལ་ལ་བོར་པ་ཡིན།

ཁྲུ་གསུམ་བརྒྱ་དུག་བཅའི་ཁྲུ་བྱིས་ཤིག་འཕྱོག་པིན།

ལོ་གསུམ་གངས་ཀྱི་དྲུག་ལ་བོར་སྐྱེས་པ་ཡིན།

གངས་ཀྱི་གངས་ངར་ཞིག་འཕྱོག་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཡོ།



ལོ་གསུམ་བྲག་གི་དཀྱིལ་ལ་བོར་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
 བྲག་གི་བྲག་ངར་འཕྱོག་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
 ལོ་གསུམ་སའི་མཐིལ་ལ་བོར་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
 སའི་ས་ངར་འཕྱོག་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
 ལོ་གསུམ་ཆུའི་མཐིལ་ལ་བོར་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
 ཆུའི་ཆུ་ངར་འཕྱོག་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལོ།  
 བྱང་ཚ་ཁ་ནས་ཚ་ཞིག་བྱོངས་པ་ཡིན།  
 ཤ་བ་རི་དྲགས་ཀྱི་ར་གོ་བྱོངས་པ་ཡིན།  
 ལྷག་རྩོ་མོའི་རུ་ཙོ་བྱོངས་པ་ཡིན།  
 བྱ་ཁྲ་ཡུག་རྒྱལ་པོའི་ཕྱོག་པ་ཞིག་བྱོངས།  
 མཚོ་མོའི་མཐིལ་ནས་ཆུ་གྲང་མོ་ཞིག་བྱོངས།  
 ལྷག་ལོ་པ་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱིས་ཐར་ངད་དངས་པ་ཡིན།  
 འབྲུག་ལོ་མ་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱིས་སྤྱད་པ་ཞིག་ཕྱས་པ་ཡིན།  
 དེ་ཆུག་ཐར་ངད་དྲག་པོ་ཞིག་བཏངས་པ་ཡིན།  
 འདི་གྲི་མ་པིངས་པ་ན་མ་པིངས་ལོ།  
 གྲི་པིངས་པ་ནས་པར་ལ་བསད་ཅེས་དེ་མཉན་བ་མི་འདུག་ལོ།  
 ཁྱོད་སྤྱོད་བྱི་རི་གླིང་མཁར་ལ་པང་ཡིན།  
 ཁྱོད་སྤྱོད་བྱི་རི་ཁྲ་ཡུལ་ལ་པང་ཡིན།  
 སྤྱོད་པ་བྱི་རི་བར་བཙན་ཡུལ་ལ་པང་ཡིན།  
 སྤྱོད་ཡབས་སྤྱན་པའི་བྱ་མོ་ཁ་དམར་མོ་ཡིན་ནོ།

ཡུམ་ལྷོན་མོ་འི་བྱ་མོ་ལྷེ་དམར་མོ་ཡིན་ནོག།  
 ཞིས་པོ་ཟེས་པའི་ཚེལ་སོགས་མོ་ཡིན་ནོག།  
 ལགས་མོ་གོན་པའི་སྤང་འབྱེང་མོ་ཡིན་ནོག།  
 བྱིད་དེ་རྩལ་མེད་ན་གླིང་མཁར་ཤལ་མ་ལ་སྦྱར་ས་ས།  
 དེ་རྩལ་མེད་ན་གླིང་གི་ཟན་སྦྱིང་མར་སྦྱིང་ཚར་ར།  
 བྱིད་དེ་རྩལ་མེད་ན་ནོ་གཅེས་འབྱུང་དམར་བསད་ས་ས།  
 བྱིད་དེ་རྩལ་མེད་ན་པོ་ལ་ད་གུད་གཞུ་ཉེར་ཡུལ་ལ་བཏང་ས་ས།  
 བྱིད་དེ་རྩལ་མེད་ན་དྲེ་པོ་ཁ་ལ་མེ་འབར་ཉེར་ཡུལ་ལ་བསྐྱེལ་བ།

དེ་རྩལ་ཟེར་དེ་དཔལ་ལེས་ལག་པ་གཡོན་པ་དང་འབྱུག་མའི་མགོ་སྦྱུ་ལ་  
 འཐབས། ལག་པ་གཡས་པ་དང་དེ་ཚོད་མའི་རལ་གྱི་ལ་འཐབས་སྟེ་ཕིངས་པ།  
 གོང་མའི་བྱ་ཚ་དང་། ཁ་གན་གཞི། མདའ་དཔོན་གོང་མ། ཚང་ཀ་ཡོང་སྟེ་  
 རལ་གྱི་བཏང་མ་བཅུགས། དེ་ནས་ཆེ་ཆེ་མཁར་ལ་སོང་སྟེ། གུར་དཀར་ལ་  
 གནས་ཚུལ་ཚང་མ་ཟེར་ས་པ། དེ་ནས་པར་ལ་མགར་སྦྱུག་སེང་གོ་དོན་ལྡན་  
 མཁར་ལ་ཡོང་མ་བཅུགས་པས། ཡང་མི་སྦྱུང་ཡོང་མ་བཅུག་པར། ཆོ་ཆོ་  
 དང་གུར་དཀར་གྱུ་པོ་སྦྱུ་གྱུ་ན་ཚང་ཀ་འདུགས། དེ་ནས་གོང་མ་སྦྱུ་ཚ་མཁར་  
 ལ་ལྷ་སྒོར་ལ་སོང་བས། ཆོ་ཆོ་འབྱུག་མ་མཁར་གྱི་ཁ་བོག་ལ་ཡོད་ཚུག། གོང་  
 མ་བྱ་ཚས་ཆོ་ཆོ་ལ་སྦྱུ་ཞིག་བཏངས།

ཨ་ཅེ་ཆོ་ཆོས་དངས་ལ་ཉོན་ཡོ།  
 ཆོ་ཆོ་སོ་མས་བདག་ལ་གསན་ཡོ།

མཁར་གྱི་མགོ་ལ་པེན་ཞིག་ཅོས་ལ།  
 དེའི་ཁ་གཡུའི་ཚོག་བྱ་ཞིག་ཅུག་ལོ།  
 དེའི་ཁ་ཅུ་རུའི་ལག་པ་ཞིག་ཅུག་ལོ།  
 དེའི་ཁ་ཐུ་ཉིག་གི་ཀ་ག་ཞིག་བོར་ལོ།  
 དེའི་ཁ་མེ་ཡོང་ཞིག་བོར་ལོ།  
 དེའི་ཁ་རྒྱ་ཡོང་ཞིག་བོར་ལོ།  
 དེའི་ཁ་རྒྱ་ཁབ་ཅིག་བོར་ལོ།  
 དེའི་ཁ་ཉུང་དཀར་ཞིག་བོར་ལོ།  
 དེའི་ཁ་དྲ་རྒྱ་ཅིག་བོར་ལོ།  
 བྱ་ཚ་ང་རང་གིས་མདའ་ཞིག་བཏང་ཡིན།  
 འཕོག་ཡིན་ན་མི་འཕོག་ཚད་ཅིག་རང་ལྟོན་ལོ།

དེ་རྒྱག་ཟེར་ས་པ་སང་། རྩོ་རྩོས་ཟེར་ས་ཁམན་ནང་ལྟར་བཅོས་པ། བོང་མ་བྱ་  
 ཚས་མདའ་ཞིག་བཏངས། དེ་ཚང་མའི་དཀྱིལ་ལ་ཕོག་ཕྱེ། ཚང་མ་ས་ལ་འབྱུར་  
 མོང་། དེ་ནས་རྩོ་རྩོ་མཁྱེག་ས་པ་ཡོང་ཕྱེ། བྱར་དཀར་ལ་ཟེར་ས། བྱར་དཀར་  
 འཛིག་ས་ཕྱེ། དམག་སྒྲུལ་བཏང་ཕྱེ་གླིང་པ་དང་འཐབ་མོ་བཏངས། ཉོར་གྱི་  
 དམག་ཚང་མ་གླིང་པ་ས་ཅིག་ཀྱང་མེད་ས་ཁམན་བཅོ་ཕྱེ་བསཏ་བཏངས་པས། བྱར་  
 དཀར་དང་རྩོ་རྩོས་ཟེར་ས། ད་ཅི་བཅོ་ཡིན་ཟེར་ས་པ། བྱར་དཀར་གྱིས་མགར་  
 ཕྱག་སང་གོ་དོན་ལྡན་ལ་ཡོང་ཟེར། ཟེར་དེ་མི་བཏངས། དེ་ནས་མགར་ཕྱག་  
 ཡོངས། བྱར་དཀར་གྱིས། བླ་མགར་ཕྱག་སང་གོ་དོན་ལྡན། གླིང་པ་འི་  
 དམག་གིས་ཉོར་གྱི་དམག་གཅིག་ཀྱང་མེད་ས་ཁམན་བཅོས། ད་ཁྱོ་རང་ལ་འབྱུར་



ཅིག་ཡོད་ན་ཅོས་ཟེངས་པ། མགར་ཕྱག་གིས་ཐོ་རས་ལ་ང་ཉན་མོག་ག་ཉན་  
 ཟེངས་པས། གར་དཀར་འཐད་སོང་། དེ་ནས་མགར་ཕྱག་དེ་ཡོག་སྟེ་ཡོང་སྟེ།  
 མཚན་ལ་གླིང་པའི་དམག་འབྲང་ལ་སོང་སྟེ་དཔའ་བོ་ཀུན་ལ་ཟེངས་པ། ལྷ་དཔའ་  
 བོ་ཀུན་ཐོ་རས་ལ་ང་ཉོར་གྱི་དམག་བཙོ་སྟེ་ཁྱེ་ཞུ་རང་ལ་འཐབ་མོ་བཏང་ཡིན།  
 ངས་ཤིང་གི་རལ་གྱི་ཞིག་ཁར་སྟེ་རེ་རེ་བཏང་ཡིན། ཁྱེ་ཀུན་གྱིས་ཤི་རྒྱན་ཅོས།  
 དེ་ནས་མཚན་སོང་བ་དང་ལངས་ཏེ་གླིང་ཡུལ་ལ་སོང་གི། རྩོ་རྩོ་ང་རང་ག་ཅིག་  
 ཅིག་ལ་ཉན་ཡིན་ཟེངས། དེ་ནས་ཁོ་ཡོག་སྟེ་ཡོངས། ཐོ་རས་ཚུག་བོ་ལ་ཁོ་  
 མཁར་ལ་སོང་སྟེ། ཉོར་གྱི་ཁབ་མོག་གོན་ཏེ་རལ་གྱི་ཁར་ཏེ། ཉོར་གྱི་འབྲུལ་  
 ཏེ་རྒྱང་ག་ཕུས་ལ་ཞོན་ཏེ་གླིང་པའི་དམག་འབྲང་ལ་སོང་སྟེ་འཐབ་མོ་བཏངས།  
 རལ་གྱི་དེ་ཤིང་ལ་འགྱུར་བཅུག་སྟེ་གླིང་པའི་དཔའ་བོ་ཚང་མ་ལ་རེ་རེ་བཏངས་  
 པ་སང་། དཔའ་བོ་ཚང་མ་མལ་མལ་ལ་ཤི་རྒྱན་བརྒྱབས། ཉོར་གྱི་འབྲུལ་ཏེ་  
 རྒྱང་ག་ཕུས་དེ་གི་མཁན་བཙོ་སྟེ་གླིང་པའི་དམག་འབྲང་ལ་བོར་ཏེ། ཁོ་རང་  
 མཁར་ལ་ཡོངས་པ། རྩོ་རྩོ་ཁོ་ཡོང་མ་བཅུགས།

## No. 8.

དེ་ནས་ཁོ་མགར་ཁང་དུ་ཡོང་སྟེ་འདུགས། གླིང་པ་ཚང་མས་མཚན་སོང་བ་  
 སང་། ཉོར་གྱི་འབྲུལ་ཏེ་རྒྱང་ག་ཕུས་ཁྱིད་དེ་གླིང་ཡུལ་ལ་སོང་། དེ་ནས་མགར་  
 ཕྱག་ཐང་རྩེ་དཀྱིལ་ལྷགས་ཀྱི་སྐྱམ་ཞིག་བཙོ་འོན་འདུགས། ལྷགས་ཀྱི་སྐྱམ་དེ་  
 འགྲུབ་སྟེ་ན། ཞག་དང་ཞུགས་པ་བིང་བ་བཙོ་འོན་ཞིག་འདུགས། ཡ་བས་  
 ཟེངས། ལྷ་བུ་ཚ་ཟེངས་ལ་ཡོང་། དེ་ནང་ན་ཅི་འདུག་ཟེངས་པ། བུ་ཚས་  
 ཟེངས། འདི་ནང་ན་ལྷ་ཡུལ་དང་མི་ཡུལ་མཐོང་འདུག་ཟེངས་པ། ཡ་བས་

གཅིག་ཞུགས་ཡིན་ཟེར་ས་པ། བྱ་ཚས་གྲུལ་ཟེར་དེ་ཨ་བ་སྐྱམ་མི་ནང་དུ་བཏང་  
 རྟེན་ཀྱ་ལིག་སྤྲོད་དེ་བཅུགས། ཨ་བས་ཟེར་ས། ལྷ་བྱ་ཚ་འདི་དེ་ནང་ན་ཅང་མཐོང་  
 བ་མི་འདུག་ཟེར་ས་པ། བྱ་ཚས་ཅ་བེག་སྤྲོད་རྟེན་ནས་མཐོང་ཡིན་ཟེར་རིན་ཞིག་རྒྱིད་  
 བྱ་བཅོ་རྟེན་སྐྱམ་དེ་བཀལ་དེ་མེ་སྒྲ་རྟེན་སྤྲད་པ་བཏང་ས། དེ་ནས་ཨ་བ་ལ་ཚན་དེ་  
 ཚོར་དེ། ལྷ་བྱ་ཚ་ཅི་བཅོ་འད་ཟེར་ས། བྱ་ཚས་ཨ་བ་རང་ལ་ལྷ་ཡུལ་དང་མི་  
 ཡུལ་མཐོང་བཅུག་གཏེ་ལེ་ཟེར་ས། དེ་ཚུག་པ་ལྷགས་སྐྱམ་ཚ་རྟེན་ཚན་དེ་སོང་བ་  
 སང་། ཨ་བ་ལ་ཤེས་དེ་ཟེར་ས། ལྷ་བྱ་ཚ་ང་བསད་མ་བསད་ཟེར་ས་པ། བྱ་  
 ཚས་ཟེར་ས། ངས་ཟེར་མཁན་བཅོ་ཡིན་ན། ཨ་བས་ཁྱིད་ཀྱིས་ཅི་ཟེར་མཁན་  
 ངས་བཅོ་ཡིན་ཟེར་ས། བྱ་ཚས་གསེར་པོ་འི་གསེར་མཁར་གྱི་ཁ་ཐོག་ལ་སྤྲེལ་  
 ཅས་སི་ལྷགས་ཐག་བཅོ་ན་སྤྲད་ཡིན་ཟེར་ས་པ། ཨ་བས་བཅོ་ཡིན་ཟེར་ས། དེ་  
 ནས་སྐྱམ་མི་ནང་ནས་པོང་ས། དེ་ནས་ཁོང་གཉིས་ཀས་ལྷགས་ཐག་བཅོས།  
 མཚན་ཉི་མ་བཅོས་པ་བཅོ་ཚར།

དེ་ནས་མགར་བྱུག་གིས་ལྷགས་ཐག་ཁུར་དེ་གསེར་པོ་འི་གསེར་མཁར་གྱི་  
 ར་ལ་སོང་རྟེན། སྤྲེལ་པ་བྱར་ཆ་ཞིག་བཏག་རྟེན་མཁར་གྱི་ཁ་ཐོག་ལ་པངས་པ།  
 བྱར་ཚ་དེ་ཁ་དོག་ལ་འཁར་དེ་སྤྲོད་དེ་སོང་བས། ཁོ་ལྷགས་ཐག་ལ་འབྲིལ་དེ་སོང་  
 རྟེན་བྱེད་ཟས་ལ་བསྐྱེད་པ་སང་། ནས་མཁར་ནས་བྱ་དཀར་ཞིག་དང་བྱ་ནག་གཅིག་  
 འབྲིལ་ལོན་ཡོངས་པ། བྱ་དཀར་དེ་བྱེད་དེ་ཡོངས་པ། དེ་དང་མཉམ་པོ་ཁོ་ཡང་  
 བྱེད་སོང་། དེ་ནས་ཨ་ནེ་བཀུར་དམན་སོས་ཟེར་ས་པ། ལྷ་ཀེ་སར་ཁྱིད་ལ་མགར་  
 གྱིབ་ཐོག་རྟེན་ཡིན་ནོག་ཟེར་དེ། ཨ་ནེས་ཁྱུས་མང་པོ་བཏང་སོང་། དེ་ནས་ཁོ་  
 སོང་རྟེན་སྤྲོད་ལས་བཏག་རྟེན་འབྲིལ་དེ་སོང་བ། མཁར་གྱི་ཁ་ཐོག་ལ་བསྐྱེད་སོང་།



བས། ཁྲིམ་པེ་ཚེ་ཁ་ཅིག་ཁྱོངས། བི་ལ་ཞིག་ཁྱོང་མྱེ། བུར་དཀར་རྒྱལ་པོ་འི་  
 མལ་ཚའི་ནང་བཏང་མྱེ་པེ་ཚེ་ཤོར་བཅུགས། བི་ལ་འདྲེད་བཅུགས། བུར་དཀར་  
 ལ་གཉིད་ཡོང་མ་བཅུགས། ཐོ་རས་རྩྭ་ག་པོ་ལ་ཁབ་པོན་གྱོ་གཅིག་ཁྱར་ཏེ་ཁོ་རང་  
 མོང་མྱེ་གསེར་རལ་ཅན་དང་གཡུ་རལ་ཅན་གྱི་གཟུགས་པོ་ལ་བཅུག་མྱེ་མཚན་  
 ཆོ་རེ་གཉིད་ཡོང་མ་བཅུགས། གནས་ལང་མྱེ་ན། དཀར་ཁུང་ནང་ནས་ལུ་མེན་ནི་ཆ་  
 ལའི་ཁ་གསེར་གདུབས་པོ་པངས་བཏངས་པ། རྩོ་རྩོ་འི་མཇུ་གྱུ་ལ་འཁད་མོང་  
 བས། རྩོ་རྩོ་ད་ཀེ་སར་བསྐྱེབ་ཚར་ཏོར་ངན་ཁྱོད་ཡོངས་ཟེརས་པ། ཏོར་དེ་  
 ལང་མྱེ་གོན་ཅེས་གོན་ཚར་ར་དང་། ཀེ་སར་བིང་མྱེ་འབྲིལས། དེ་ནས་ཨ་ནེ་  
 བཀྱར་དམན་མོས་ཤུ་རྩོ་འབྲུ་གྱུ་མ། ཀེ་སར་གྱི་ཀླང་ཡོག་ལ་ནལ་ལི་བག་པེ་  
 ཏོར་། ཏོར་གྱི་ཀླང་ཡོག་ལ་ལྷགས་ཀྱི་སྒན་མ་ཏོང་ཟེརས་པ། རྩོ་རྩོ་ཀེ་སར་  
 ནི་མདའ་དར་དཀར་མོ་འི་གྲོགས་ཡིན། བུར་དཀར་རྒྱལ་པོ་ནི་བྱ་སྤྱེས་སི་གྲོགས་  
 ཡིན་ཟེར་ཏེ་གཉིས་ཀ་སྤེ་མེ་གཡོགས་བཏངས་པ། ཨ་ནེ་བཀྱར་དམན་པོ་བྱ་ཞིག་  
 ལ་རྩྭ་མྱེ་ལྷགས་ཀྱི་སྒན་མ་བསྐྱེ་མྱེ་ཏོར་གྱི་ཀླང་ཡོག་ལ་བཏངས། ནལ་ལི་བག་པེ་  
 བསྐྱེ་མྱེ་ཀེ་སར་གྱི་ཀླང་ཡོག་ལ་བཏངས་པ། ཏོར་གྱིས་སྤྱ་ཟ་གོན་ཏེ་ཡོད་པ་སང་།  
 ལྷགས་ཀྱི་སྒན་མའི་ཁ་ན་འདྲིད་ནས་ས་ལ་བྱེལ་མོང་བས། ཀེ་སར་ཏོར་གྱི་བྱང་  
 འི་ཁ་བིང་མྱེ། བདུག་པ་ཅན་གྱི་པིངས་པ། ཏོར་གྱིས་སྤྱ་བཏངས།

རྒྱལ་ལྷས་ཀེ་སར་གྱིས་ངའི་དངོས་ལ་ཉོན་ལོ།

ལྷའི་བྱ་ཀེ་སར་གྱིས་བདག་ལ་གསུན་དང་།

ང་ལ་ས་ཤེས་པ་རིག་མོང་ལོ།

ང་ལ་སི་མགས་པ་རིག་མོང་ལོ།



ཉིད་ཀྱིས་བག་སྒྲིས་ཤིག་ནམས་འང་རྒྱལ་ལྡན་ཆེན་མོ།  
 ཉིད་ཀྱིས་བག་སྒྲིས་ཤིག་ནམས་འང་སྤྱལ་བའི་རྒྱལ་པོ།  
 སྤྱིང་ཡུལ་བསིལ་མོ་རིག་ཡིན་ལོ་དབྱར་ས་རིག་བཙོ་ཡིན་ལོ།  
 ཉོར་ཡུལ་གྲོན་མོ་རིག་ཡིན་ལོ་དབྱར་ས་རིག་བཙོ་ཡིན་ལོ།  
 ང་ས་བསཏ་རྒྱལ་ལྡན་ཆེན་མོ་བག་སྒྲིས་ཤིག་ནམས་ལོ།

དེ་རྒྱལ་ཟེར་ཅིས་འཐོང་ཕྱི་ཀེ་སར་ལ་སྤྱིང་ཇེ་ཆོར་དེ་མི་བསཏ་བསམ་པ།  
 ཡ་ནེ་བཀྱར་དམན་རྒྱལ་མོས་ཟེར་ས་པ། ལྷ་སྤང་ཅན་ནི་སྤངས་མེད་ཀེ་སར་རྒྱལ་  
 པོ། སྤྱིང་མཁར་ཤལ་ས་བསྐྱར་ས་པའི་ཡིད་དུ་ཡོང་བ་མི་རག་ག། སྤྱིང་གི་ཤ་  
 སྤྱིང་མར་སྤྱིང་ཟན་སྤྱིང་ཆང་མ་ཆར་བཅུག་ས། རོར་བུ་རིག་ས་ཆང་མ་ཉོར་ཡུལ་  
 ལ་བསྐྱེབ་བཅུག་ས་པའི་ཡིད་དུ་ཡོང་བ་མི་རག་ག། གྲི་གུ་མོར་གསུམ་འགུལ་བ་  
 མི་རག་ག། ཇོ་ཇོ་འབྲུ་གུ་ས་བཀོག་ས་པའི་ཡིད་དུ་ཡོང་བ་མི་རག་ག། དེ་རྒྱལ་  
 ཟེར་ས་པ། ཀེ་སར་གྲིས་དུག་པ་ཅན་གྲི་གུ་དང་ཉོར་གྲི་གྲོང་པ་དེ་ཤག་ས། དེ་ནས་  
 ཀེ་སར་ཆོལ་གྲི་ནང་དུ་རྒྱབ་ཕྱི་མོང་བས། ཡ་ནེ་བཀྱར་དམན་མོས་གསོལ་མཆོད་  
 ཅིག་བཏང་ཕྱི་ཁྱུ་ཞིག།

སྤྱིང་ལྡའི་དབང་པོ་རྒྱབ་བཞིན་ལ་མཆོད་དོ།  
 བར་བཙན་གྱི་ཡ་ས་སྐྱབ་མདུན་ས་ལ་མཆོད་དོ།  
 འོག་ཁྱའི་ཁྱུ་གུལ་ལྗོགས་པོ་ལ་མཆོད་དོ།  
 མཉམ་པོ་སྤྱིས་པའི་ལྷ་དགུལ་མཆོད་དོ།  
 མཉམ་པོ་སྤྱིས་པའི་ཁྱུ་དགུལ་མཆོད་དོ།  
 བས་ལྷ་ཀེར་ཟོང་སྤྱན་པོ་ལ་མཆོད་དོ།

མས་ལྷ་བཀའ་དཔལ་གྱི་ཤ་ཚིལ་མཆོད་དོ།

ཁྱེད་ནམས་ཀྱིས་ཤོར་གྱི་ཤ་ཚིལ་འདོན་དགོས་ལོ།

དེ་ཐུག་ཟེར་ས་པ་ཤོར་གྱི་ཤ་ཚིལ་ཚང་མ་སློབ་ཅིག་ལ་ཚར་སོང་བས། ཅུས་  
པ་ཁ་ཅིག་ལྟས་པ། ལང་གར་ཞིག་བཙུ་བེར་ས། དེ་ནས་གསེར་རལ་ཅན་དང་  
གཡུ་རལ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་ལ། སྒྲིང་ཡུལ་ལ་བྱུལ་ཟེར་ས་པ། མི་ཆ་ཟེར་ས།  
དེ་ནས་གསེར་པོ་འི་གསེར་མཁར་དང་། ལྷགས་ཀྱི་གང་སྒོར་ཚང་མ་གྱིགས།  
ནོར་བུ་ཚང་མ་བྱོངས། གསེར་རལ་ཅན་དང་གཡུ་རལ་ཅན་བེར་དེ། ཇོ་ཇོ་དང་  
ཀེས་ར་ཡོངས།

## No. 9.

དེ་ནས་བྲག་ཚུ་དྲུང་དྲུང་མཐོང་བ་སང་། ཀེས་ར་ལ་ཡིད་དུ་ཡོང་སྟེ་  
ཟེར་ས། འདི་ན་ལྷག་དེ་ལྟས་དོག་ང་འབྱོང་བ་ཆེན་ཟེར་ས་པ། ཇོ་ཇོས་ཟེར་ས།  
ཉེ་རང་གིས་འདི་ལྟ་བུ་ཀུན་བསད་པ་ཡིན་ནོག་ཟེར་དེ་ཆ་མ་བཅུགས་པས། ཀེ  
ས་ར་གྱིས་ཟེར་ས། ང་རལ་གྱི་དང་མི་བསད་དུ་བག་མི་བདང་ཟེར་ས་པ། ཇོ་ཇོ་  
བདེན་ཆེ་སྟེ་ཆ་བཅུགས། དེ་ནས་ཀེས་ར་ལྟ་བུ་ཀུན་གྱི་སྒོ་ལ་བསླེབ་སྟེ་ཟེར་ས།  
འུ་གསེར་རལ་ཅན་དང་གཡུ་རལ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་ལ། འདི་ན་ལྷག་དེ་ལྟས་དོག་དྲུང་  
ཟེར་ས་པ། ལྟ་བུ་གཉིས་ཀས་ཨ་བའི་ཀ་ལེ་ལ་ཆ་ཅེས་ལ་ལྟ་བུ་འི་མི་ནང་གང་  
བཙུ་སྟེ་ཡོད་ཚུག། ཁྱོད་རང་གིས་དུ་བག་གི་སྒྲན་བཙུ་འདི་ན་ཞིག་ཡོད་ཚུག། ཀེ  
ས་ར་ལ་ཟེར་ས། ཉེ་རང་ལེན་བ་ཡོང་། ང་ཞལ་ཡོང་མེད་ཟེར་ས་པ། ཀེས་ར་གྱིས་  
ཡང་དྲོང་ཟེར་ས་པ། ཁྱོད་གིས་བལྟས་པ་ན་ལྷག་དེ་མ་སྒྲན་དེ་ཞིག་ཡོད་ཚུག།

ཁོང་གཉིས་ཀས་ཡ་མ་དུ་ལི་ལ་ཁྱོང་ཕྱི་སྒོ་ལ་བསྐྱེད་པ། ཀེས་ར་གྱིས་བསམ།  
 ཁོང་མཚན་ཆ་དང་བསད་ན། ངས་མནའ་པོར་མཁའ་ཡིན། དེ་སང་དྲ་ལྷག་དང་  
 བསད་ཡིན་བསམ་སྟེ། དྲ་ལྷག་དང་ཁོང་གཉིས་ཀའི་སྐོ་ཀུན་བཅད་དེ་ཁུར་དེ་  
 ཁྱོང་ས། དེ་ནས་ཇོ་ཇོ་བྲག་ཚུ་དུང་དུང་ལ་བསྐྱེད་ཕྱི་ཡོད་ཅུག། ཀེས་ར་  
 ཇོ་ཇོ་འི་མདུན་ལ་ཅ་བེག་ས་བསྐྱེད་པ་ཟེར་ས། ལྷོ་ས་ཇོ་ཇོ་ངས་བྲག་ཚུ་དུང་  
 དུང་ལ་ལྷ་སྟེ་བྲ་པོག་ཅིག་བཏང་ཡིན་ཟེར་ས་བ། ཇོ་ཇོས་བརྟམ་པ། ཇམ་སེར་  
 རལ་ཅན་དང་གཡུ་རལ་ཅན་གཉིས་ཀའི་སྐོ་ཀུན་ལ་བྲ་པོག་བཏང་ས། ཇོ་ཇོ་ལ་  
 དེ་རྒྱག་གིས་དེ་ལྷན་སོང་བས། ཡང་ཇོ་ཇོས་ཟེར་ས་བ། ལྷ་ཀེས་ར་པོད་པ་ཅན།  
 ད་ནས་པར་ལ་ཁྱིད་དང་ངའི་བར་ལ་བྲ་བྲ་ས་སྐྱེས་གིག་ཟེར་དེ་ནས། ཁོང་བྲག་  
 སྒོ་ནས་བིང་སྟེ་སོང་། དེ་ནས་སྟེན་ལ་སྐྱ་ལྷ་ཡོད་པའི་ས་ཁྱད་ལ་བསྐྱེད་སོང་།  
 དེ་ནས་པར་ལ་ཇོ་ཇོ་དཀྱིལ་ཆ་ལ་བཏག་སྟེ་བཀྲུད་གྱིན་ཞིག་ཁྱེར་ས། སྒྲིང་ལྷལ་  
 ལ་བསྐྱེད་སྟེ་མཁར་ལ་སོང་སྟེ། ཇོ་ཇོ་སྒྲིང་ལྷལ་ལ་སཐོང་ཀོལ་ལ་ལོ་གསུམ་  
 བཏང་ས། ལོ་གསུམ་སྐོ་འི་ཁ་འོལ་བཏབ་སྟེ། མཇོ་དང་སྒོས། ལོ་གསུམ་  
 བྲག་ས་མོ་ལ་ཀོ་བ་བཏབ་སྟེ་མཁར་གྱི་ལས་ལ་བཀོལ་ས། ལོ་གསུམ་སྐྱག་པའི་  
 ར་ཇོ་བཅོས། ལོ་གསུམ་སེན་དྲིག་གི་འོ་མ་ཞོ་བཅུག་ས། དེ་རྒྱག་གིས་  
 ལོ་བཅོལ་བུད་སོང་། མཁར་ལ་ཞིག་གསོབ་བཅོལ་ལ་ལོ་གཅིག་སོང་། དེ་ནས་  
 ཀེས་ར་གྱིས་ཇོ་ཇོ་འབྲུག་ས་སྟེན་མའི་མཚོགས་སེ་ཇོ་ཇོ་བཅོལ་སྟེ་མཚན་བསྐྱེད་ས།  
 ཉིན་གསུམ་དུག་བག་སྟོན་བཏང་འོན་ཞིག་བདེ་སྒྲིབ་སྐྱེད་གསུམ་ཚོགས་མཁར་དུ་  
 འདུགས་སོ།།

॥ མཐུན ॥



## TALE No. VII.

### DEFEAT OF THE KING OF HOR.

#### ABSTRACT OF CONTENTS.

#### 1.

Kesar was alone on the way to Hor. He found the road blocked by thorns, *lonicera*, mother-willows and tamarisks. All these obstacles were overcome with the assistance of helpers from *gLing*, who were called there through prayers. When Kesar lay down for his night-rest, at the *Srar-pass*, *Ane bkur dmanmo* showed him a terrifying spectacle of nature, to try his courage. He heard wolves and foxes howl, and dry manure and little stones were blown about by the storm.<sup>1</sup> He became quiet when he knew that *Ane bkur dmanmo* had caused the storm. Then he ate the magic food, received from her in a nut-shell, which could never be consumed. On the ascent, Kesar sang a song of all the animals which lose their strength on the pass,<sup>2</sup> and asked *Ane bkur dmanmo* to assist him. She sent him a fox to lead him across.

After seven days Kesar met an outpost of dwarfs who were playing at dice. They had put up a hat on a post, and this hat used to whirl round whenever a person drew near. Although Kesar had put on his invisible cap, the hat began to whirl, and the dwarfs, who could not see anybody, became angry. They said: "The hat does not like us to play all day long, and therefore moves about." Then they took the hat down, and Kesar showed his true self. He played at dice with the dwarfs and lost everything, for a female dwarf had taken her seat inside one of the dice.<sup>3</sup> When Kesar had to stake his life, *Ane bkur dmanmo* advised him to bore with his needle into one of the dice. When doing so, the dwarf-woman left the dice, and Kesar played on with his own dice. Now he won and said, he would take the life of the dwarfs which he had gained. To reconcile him, the dwarfs ordered their stick which had the power of providing everything, to bring the most precious goods from all the surrounding countries. When they had arrived, Kesar asked all the gods, etc., who were born with him, to devour the goods

<sup>1</sup> The same scene we find in the Sheh-version before Kesar's start to the north.

<sup>2</sup> Compare Ladakhi Songs, No. XXV.

<sup>3</sup> This reminds us of Nala's story.

at once. Now Kesar threatened to take the lives of the dwarfs if they would not become his guides on the way. To this they agreed.

## 2.

The dwarf and Kesar arrived at the rock *Thsau dung dung*. This was a door of rocks which closed and opened at the request of the dwarfs. When the dwarf, who showed Kesar the way, asked the door to open for him, Kesar rode through it as quickly as he could. But the door, recognizing Kesar, closed at once and caught the tail of Kesar's horse. This was not given free, until Kesar had promised to bring the heads of the two children of the King of Hor on his way back. Then they arrived at a place where stones flew about between heaven and earth, and later on before the yak 'brown sugar.'<sup>1</sup> The dwarf told this yak that Kesar would play tricks on him, and the yak devoured Kesar at once. After Kesar had remained inside the yak for some time, he was advised by *Ane bkur dmanmo* to use his knife to make a way out. Thus the yak was killed.

Kesar was angry with the dwarf and threatened to use him as a riding-yak with a nose-ring. But the dwarf assured Kesar that the rest of the road was not dangerous, and therefore he was sent home.

Then Kesar arrived at a place where nine bridges were tied together, and where 100 soldiers of Hor had to keep watch. Kesar took the shape of a young lama, and caused much rain to fall. He made friends with the soldiers and built a house for them, the roof of which rested on a single post. One night when much rain fell, he tied a silk cord to the post, went outside, and tore the post down. All the soldiers were slain by the falling roof.

When Kesar arrived on the height of the *Asalsal*-pass, he had 100 riders in front of him and 100 riders behind him; when he came to the *A'long*-plain, he had one rider in front of him, and one rider behind him. He turned up his sleeves three times, and the golden castle of Hor shook three times. Then he met the goat-herds of Hor, whom he told a

---

<sup>1</sup> I am very much inclined to explain the door of rocks which opens and closes of its own accord, as a development from the opening and closing of the ice on rivers and lakes in winter. I am lead to this explanation by the fact that in connection with the gate also hail-stones (the stones flying about between heaven and earth), and perhaps a block of ice, the yak 'brown sugar,' are mentioned. The lakes and rivers are the gates to the underworld, the realm of the *klu*; and also in other mythologies we find a similar gate at the entrance to the underworld or realm of the dead.



and story about the ruin of Kesar and his family. When the herdsmen, who had been stolen from *gLing*, cried, he showed them his true self.

## 3.

Kesar arrived in the land of Hor in the disguise of a beggar. There were four wells, one for the King of Hor, of gold; one for the Hor-lama, of copper; one for *a'Bruguma*, of turquoise; one for the smith of Hor, of iron. He soiled them all with old shoes, old cups, etc., and lay down in the road. At first the king's water-bearer arrived at the well. She had to jump over Kesar, because he would not make way. Next *a'Bruguma's* water-bearer came to fetch water, and the beggar dropped a ring in her water-vessel. This ring went on *a'Bruguma's* finger, when she was washing her hands. Then *a'Bruguma*, having put on her dress of *gLing*, went before the beggar to ask him about her friends in *gLing*. The beggar said that Kesar had died, and gave a full description of the stûpa erected in his memory, and of the rewards given to the lamas. He also said, that her father's corpse was left on a plain, and that her mother was asking alms. *a'Bruguma* was sorry on account of this news but thought that the beggar was Kesar.

Finally, the water-bearer of the smith Himis came to the well. She recognized in the beggar the same man whom she had seen riding across the *Asalsal*-pass with a retinue, and who had caused the castle of Hor to shake by waving his sleeves. Kesar told the girl that there had been 100 lice in front of him, and 100 behind him, and that he had waved his sleeves only because he was so pleased to see a village after the desert. He also said that he was the son of smith Himis, but the latter, when arriving at the well, denied the fact.

## 4.

One day, when the smith's daughter went to the pea-field, she saw the same beggar in it, eating peas and vomiting what he had eaten. She went to tell her father, who came carrying the huge hammer and a pair of tongs. However, the beggar had already restored everything, and the field was more beautiful than it had been before. The father, believing his daughter to be a liar, tore out her cheeks with the tongs, and beat her with the huge hammer.

The smith said to Kesar, the beggar: "If you are my son really, you will be able to recognize my tools among the tools of 100 other smiths." The boy was able to do so, because *Ane bkur dmanmo* helped him by sitting down in the shape of a golden fly on every tool which was Himis' property. According to her advice the boy said: "The big



hammer and the big tongs are missing!" This was actually the case, and Kesar was accepted as the smith's son.

One day lady 'aBruguma went to the smith to have a golden ornament made. The new boy of the smith went before her dandy, having taken his cap off. He was blamed for this by the smith, but replied, that whoever takes off his hat in *gLing* receives a piece of white cloth.<sup>1</sup> There were, however, no coals ready, and Kesar and the smith's daughter were sent together to the wood, to make charcoal. They were ordered not to cut any wood from the holy forest of the king of Hor. Kesar destroyed the whole holy forest of the King of Hor, and on his way home, when crossing a brook, he said: "The shoes of the donkeys (who carried the charcoal) will become wet," and cut the hoofs off. Again the girl ran to her father to complain; but because everything was in good order on his arrival, the girl received a punishment once more.

On the next day lady 'aBruguma went again to the smithy, and Kesar caused the golden ornament to get lost. Then he caused it to be found underneath lady 'aBruguma. Now he made a great noise, calling her a thief. a'Bruguma's maid-servant gave him a box on the ear for his impudence, so that his cap fell down. There the mark on his head could be seen,<sup>2</sup> and 'aBruguma recognized Kesar. He said that he would make the ornament, and did so, calling all the gods to his assistance.

## 5.

Then 'aBruguma and the king of Hor agreed to call together all the heroes of Hor and let them try the famous bow. If the boy of smith Himis would be able to bend it, there would be no doubt that he was really Kesar. To prevent the boy from going to the tournament, Himis gave him a great number of arrow-heads to sharpen. The boy, however, finished this work in no time, and went to the assembly, where the minister "Nine-lives" had just been able to bend the bow as much as a barley-corn's breadth. The boy prayed that the famous bow might go to *gLing* and another bow be given him. [This took place apparently.] Then Kesar bent the bow in such a way that it broke and its fragments killed the heroes of Hor, whilst the bow-string caught the king of Hor's neck so that he was almost choked. Only Kesar was able to release him from it.

<sup>1</sup> This is the custom at burials and at weddings. A white cloth is worn on the cap. At weddings it is perhaps due to the idea that at the wedding the virgin dies. White is apparently the colour of mourning.

<sup>2</sup> Does this mark on the crown of his head show the influence of Buddhist art?

On the next day there was a great wrestling match, and the strongest wrestler was the minister "Nine-lives." The smith, who wished to keep the boy at home, gave him a great number of needles to sharpen. The boy finished this work in no time, wrestled with the minister and killed him.

On the third day all the people assembled to see who would be able to ride on the horse *Khula me 'abar*. It was so high, that nine stirrups lead up to its back. The smith told his boy to watch the house, to prevent him from coming. The boy brought the whole house on his shoulders to the sporting place and said, he would watch it there. He at once mounted the horse, rode on it head to tail, and up to the sky to the *gLing* land. There he exchanged it for an ordinary horse, rode up to the sky again, and let the horse drop so that it was smashed.

Now the lama of Hor had a dream, foreboding the death of the king and other sad events. Before the king and 'aBruguma had finished their council about the dream, the Agus of *gLing* arrived on the *Srarsar*-pass, and Agu *dPalle* shot an arrow which hit the beam, that was the king of Hor's heart-artery. Nobody was able to extract the arrow, except the young smith (Kesar), and he did it only after 'aBruguma had prayed for the destruction of the king of Hor. This arrow, after having broken all the arrows of Hor, went back to *dPalle's* quiver.

## 6.

The king of Hor wished to send a spy to see if the army of *gLing* was approaching. As he liked the smith's boy (Kesar) very much, he sent him. The daughter of the smith went to warn the king, but was sent home in disgrace. Therefore she told Kesar to destroy the altars of white, red, and black colour on the road, because they were the altars of *Lhayul*, *Barbtsan*, and *Kluyul*, and to honour a brown (*smugpo*) altar, because that was the altar of Hor! He did exactly the opposite. At a certain place the road was very narrow and the 40 men of Hor, who accompanied him, could hardly walk. There Kesar put on his invisible cap, and threw all the forty into the river.

The seven Agus had arrived on the *Srarsar*-pass. Kesar sent them a letter with his horse. Then he remained hidden, so that only the tip of his hat, an end of his bow, and an arrow-notch could be seen. First of all he was discovered by Agu *ITaba miggi rab*, but Agu *dPalle* would not believe. When Agu *dPalle* finally saw him, Agu *Gongma buthsa* was sent against the spy of Hor. Kesar, taking the shape of a pigeon, fled, and *Gongma buthsa* pursued him, taking the



shape of a falcon. Suddenly Kesar took the shape of a mouse, and went into a hole of the ground, the Agu following him in the shape of a weasel. But *Gongma buthsa*, having become tired, went back to the encampment.

Then *dPalmoi astag*, the female Agu, went off to catch the spy of Hor. Kesar took the shape of a deer, and the Agu followed in the shape of a dog. Then Kesar fled in the shape of a fish, and the Agu followed in the shape of an otter. Again Kesar took the shape of a goat, and the Agu that of a wolf.<sup>1</sup> After all, the horse of the Agu, being tired out, threw her off, when she was beating him. Then she mounted *rKyang rgod dbyerpa*, against the advice of the other Agus. When she came riding on his own horse, Kesar showed his true self. The Agu, however, was in bad temper and gave Kesar a lesson, saying, that through his forgetfulness great misery had come to the land of *gLing*.

## 7.

Kesar went back to the king of Hor, and told him to prepare for war. The seven Agus, *dPalle*, *Gani*, *Gongma buthsa*, *ITaba miggi rab*, *rNa yyu rna rtsal*, *mDā dpon gongma* and *dPalmoi astag*,<sup>2</sup> arrived seven days after Kesar, riding on horses, and leading horses behind them. The king of Hor wished to buy the horses and to take the men in his service. When *aBruguma* told him that the apparent horse-merchants were the heroes of *gLing*, he would not believe. Therefore he released Agu *Angar ltiangpa* from prison and asked him the same question. When the Agu gave the same answer, the king became angry and put the Agu in an iron cage, which was hanging down from the castle to half the height of the walls. Then *mDā dpon gongma* divided the rope with an arrow, and *dPalmoi astag* received the cage with the Agu when it fell down.

Now *aBruguma* tried to poison the Agus with poisoned beer, but *mDā dpon gongma* knew at once that it was poisoned; therefore he threw the vessel with his arrow up to the sky. Then a piece of earth flew up to the sky, and a piece of sky fell down to the earth (as a sign that it was poison). Then *dPalle rgodpo*, after having praised his arms, advanced to kill *'aBruguma*, but was hindered by three of the Agus. *'aBruguma* went to the castle, and told the king all what had happened.

<sup>1</sup> A similar scene we find in Ladakhi Songs; No. XXVI.

<sup>2</sup> This set of seven Agus is probably a more original set of them than the set of 18 Agus, as we have it in the preface. These seven Agus seem to be of a somewhat similar type of figures to the helpers in such folk-lore as "Sechse Kommen durch die ganze Welt."



Then they resolved not to leave their castle again, and not to allow the son of the smith to enter it. *Gongma buthsa* (probably *mDa dpon gongma* originally) told 'a*Bruguma* who was on the top of the castle, to pile up a heap of articles with a horse-hair on the top. He then sent an arrow into the middle of all of them and destroyed them all.

Then the men of *gLing* killed the whole army of Hor. When the young smith (Kesar) was sent against them, there was a sham-fight with wooden swords. Kesar once more sent the Agus home, saying, that he alone would be able to retake 'a*Bruguma*.

## 8.

The boy went back to the smithy and made a box, into which he kept jumping in and out. Himis asked why he was doing so, and the boy said that from inside the box *lhayul* and *miyul* could be seen. The father wished to try, but as soon as he had got into the box, the boy locked it and lit a fire underneath.<sup>1</sup> He did not open, until Himis had promised to assist him in making an iron rope, which could be thrown to the top of the Hor castle.

Then Kesar carried the rope to the castle of Hor and threw it up. The iron hook caught hold, and Kesar climbed up. When he had reached about half the height of the castle, he saw a white and a black bird fight with each other. The white bird was defeated, and together with him Kesar fell down to the ground. *Ane bkur dmanmo* knew that several stains from the smithy, left on Kesar's body, were the reason of his misfortune. She washed him and sent him up again. He succeeded, and then he caught mice and a cat which he sent into the king of Hor's bed, to prevent him from sleeping. During the next night he pricked the children of the king with needles and kept the whole family awake. Next morning he let his ring drop, and it went by itself on 'a*Bruguma's* finger. Then 'a*Bruguma* called up the king, and he rose to wrestle with Kesar. *Anē bkur dmanmo* told 'a*Bruguma* to throw hard peas under the king of Hor's feet, and pap under Kesar's feet, but 'a*Bruguma* would not do so because, although Kesar was her legal spouse, she had borne children to the king of Hor. 'a*Bruguma* had mixed peas and pap, but *bkur dmanmo* in the shape of a fowl separated them again, and the king of Hor was defeated.

He asked Kesar to spare his life, and offered all his land instead. Kesar was willing to let him live, but *Ane bkur dmanmo* reminded him

<sup>1</sup> According to the Khalatse version (continuation of the Shih version) he threatens to throw the box in the water.

once more of all the sins of Hor, and therefore he was killed with a poisoned knife. When he was stabbed, a tremendous amount of fat came pouring out of him, and Kesar would have been drowned in it, had not *Ane bkur dmanmo* offered it all to the gods, etc. The children of the king of Hor would not accompany Kesar, although the castle was destroyed and all the treasures carried away.

## 9.

When Kesar and 'aBruguma arrived at the door *Tsau dung dung*, Kesar remembered that the heads of the two children were required to induce the door to open of its own accord. He went back, cut off the heads of the children, and threw them towards the gate like a polo-ball. The door opened, and Kesar and 'aBruguma, though she had fainted, rode through it. 'aBruguma said that she would not bear any more children to Kesar. Now she was punished in the following way: From the land of the dwarfs to *gLing* she was tied to the tail of the horse and dragged along. Then she had to be everybody's servant for three years, for three years lucerne was sown on her head and ploughed with *Dzos*; for three years she had to serve in the castle with leather round her knees; for three years she had to tend stone-partridges; for three years she had to milk the *Senting-bird*.<sup>1</sup> In this way fifteen years had elapsed. Then one year was required to repair the *gLing* castle. Now 'aBruguma was made a lady again. The wedding lasted three days and three nights, and they lived in perfect happiness.

---

<sup>1</sup> Is this perhaps a similar expression to the German "Die Sonne zieht Wasser"?

# VOCABULARY.

## 1.

གཅིག་བོ་ཅེ། *ycigpotse*, alone, solitary.

སོལ་བ་བསད་ཅས། *solba bsadcas*, 'kill the coal,' make charcoal.

ཕང་ཤིང་། *phang shing*, spindle-stick.

མ་ལུང་། *ma lcang*, mother-willow, large kind of willow.

ཁྲུ་བ། *khumbu*, originally *khombu*, shell [of a wall-nut]. Assimilation to second syllable.

ཙེ་རེ། *thsere*, all the time; *mthsan thsere*, all through the night.

ཅུ་ཅུ། *curum*, imitates the sound of chewing.

བརྒྱལ་ཅས། *brgyalcas*, said of the voice of foxes; 'howl.'

གཡའ། *gyā*, slate or flat stones.

ཤོག་སྒྲ། *shog sgra*, whistling sound; the Sheh-version has *shugs sgra*.

རྒྱང་ར། *rkang ra*, = *rkang sgra*, a noise such as is caused by the feet, when walking or jumping. Lad. Grammar, Laws of Sound, No. 3.

འོ། 'o, exclamation.

མི་ངན། *mi ngan*, not bad.

ཙོད། *zod*, about so much, related to *thsod*; compare *thsam* and *sam*.

དེས་ན་ཙོད། *denna zod*, just as much.

མུག་རུམ། *mjug rdum*, = *mjug lzum*, bushy-tailed.



ཅུང་ཁ། *cung kha, = skyung kha, raven.*

སྤུ་ལུ། *sballu, originally 'frog'; is here understood to mean 'dwarf.'*

སེམས་ཀྱི་བཅོལ་ས། *sems rku bcocag, 'steal the soul,' i.e., make other people to like me.*

གྱ་མ་ལན། *rgyama lan, rare occasion.*

ཁྲོ་འཛོམ་མོ།	<i>khrol 'adzomm o</i>	} name of a female dwarf.
ཁྲོ་ལོ་མོ།	<i>khrollema,</i>	

རི་བོ་རྩིང་། *rtsi bting, explained as meaning 'artery.'*

ཨོ་ཏོ་ཏོ། *ohoho, exclamation.*

ཁྲ་སྟག། *khra sug, = khra bo, many-coloured.*

འབྲུག་འབྲིས་མ། *'abrug 'abrisma, 'thunder-written,' name of Chinese silk with the pattern of clouds and dragons.*

ཡར་ཁྱིན། *yar khyen, Yarkand.*

གྲོང་གྲོང་། *grong grong, high-headed (of horses).*

ཧལ་མན། *halman, good (of dried apricots).*

བལ་ཁོལ་མ། *bal kholma, wool-spinner, name of the maid-servant of Hor.*

མེན་ཟེ། *menze, clean, beautiful.*

ཨོ་ལོ། *ollo, clean, good.*

སྤྱབ་སྤུན་མ། *skyab mdunma, instead of skyabs bdun; in this form the name would mean 'help in front of [you].'*

དུང་དུང་། *dung dung, shell-coloured; also in Tale No. III the dwarfs are called white.*

## 2.

ཐག་ཚུ་དུང་དུང་། *brag theau dung dung* (probably *rdung rdung*),  
name of the door of two rocks which continually open and shut again.

རོབ་ས་པར་ནས་པར། *rdoba sa phar nam phar*, stones which con-  
tinually fly about between earth and sky; parallel to the preceding.

ཀར་ཁམ་བ། *kara khamba*, 'brown [sugar,] name of a wild yak  
in the service of the king of Hor.

ནག་བསྐྱན་ཅས། *nag [nags] bstancaas*, to behave basely.

རྩིད་བ། *rmidpa, = midpa*, devour.

སྤེབ་ཅུང་། *steb chung*, little axe.

སྤུབ་ཅས། *stubcas*, mince [meat].

རིབ་ལོག། *rtsiblog*, side of the ribs.

བོལ་བོ། *bolmo*, soft.

བུད། *thud*, united [the nine bridges].

གན་ཤི། *gandre*, a coat of many layers of cloth, sewn one on  
another.

སི་ཁྱིམ། *sikyim*, silk [perhaps from Sikkim].

ཁྲག་པ། *khragpa*, the wide sleeves.

## 3.

ལང་ཅས། *ltsangcas*, beg.

སྒྲུང་ཅས། *skyangcas*, probably more correct than *rgyangcas* in  
previous tale; 'to fill.'

སྤུག་ལྷམ། *rmug blama*, probably *smug blama*, the brown lama;  
the lama of Hor.

རྒྱུན། *rgyun*, ribbands to fasten shoes.

ལམ་གག། *lam gag*, said to mean 'cross-way.'

གོམ་ཅམ། *gomcas*, step over.

ཞམ་རྩོ། *zhabs rdon*, = *zhabs rdo*, sockle. Lad. Grammar, Laws of Sound, No. 5.

སྒྲ་དར། *snyan dar*, melodious silk; name of the prayer-flags on the top of a *mechod rten*.

འབུལ་ཡ། *'abul ya*, respectful for wages.

ལམ། *lcam*, 'wife,' name of the smith's daughter; another name of the same girl is *choron*; in the Sheh-version her names are *Bhag 'adzommo* and *chorol*.

## 4.

ཅེ་མ་འབུམ། *cema 'abum*, is also spelled *byema 'abum*; people are doubtful about this word. Some think it is a spoon, others a head-ornament.

པལ་གྱི། *palkyi*, palanquin.

ནི་མིས། *Himis*, name of the smith of Hor, the pronunciation seems to vary, sometimes it is *Hemis*.

ཐང་རྩེད། *thang rnyed*, Kesar's name as a smith; is explained as 'the boy found on the plain'; should it not be a corruption of *thar rnyed*? Later on Kesar receives the name *Sengge don ldan*.

ལྷ་མ་ཚས། *lhab thsas*, garden dedicated to the gods (*lha*); the ཅོ I cannot explain.

བུང་བུ། *bungbu*, for *bongbu*, assimilation to the second syllable.

བལ་ཐོད། *bal thod*, turban.



པ་པུ། *papu*, cloth-shoes.

འབང་བ། *'abangba*, become wet ; intransitive of *sbangba*, make wet.

ར་གོ། *rago*, hoof.

ལམ་ཅས། *lamcas*, be diligent, ready for work.

ཡད། *yad*, excellence.

ལྟོས་ཅས། *ldzongscas*, examine.

ནོ་རོ། *nor*, nobleman.

མགོ་ལྗང། *ngo lead*, box on the head.

རྩེ་བ། *rmeba*, here explained as meaning the 'crest on the head,'

which is also an attribute of Buddha.

## 5.

ཁྱུང་ཅས། *khrubcas*, Lower Ladakhi for *thubcas*, be able.

ཡི་རྒྱུ། *yinām*, recompense, Urdu.

ཚགས་མ། *thsagema=thsagma*, sieve.

རང་ཁྱུང། *drang khung*, said to mean 'bow.'

མིན་བ། *minba*, = *menba*, besides.

འཇམས་ཅས། *'athamscas*, is here used for 'wrestle.'

ཤུབ་ཕྱེ། *shubste*, softly (of speech).

ཤོང་ཅས། *sholcas*, disperse, go away.

འབྲུ་རི་ཀ། *'abrui ka*, the 'pillar which is the heart-artery' of the

king of Hor. The Khalatse version has 'abrussi ka; the *s* is probably due to the other formation of the genitive, see Lad. Grammar.

## 6.

ཡལ། *yal*, = *yar*, a small piece of butter.

གར་ཆ་ཆོ་རོན་མོ། *garcha choronmo* [or *choronemo*], a name of the smith's daughter; *choron*, = *chos sgron*, Lad. Grammar, Laws of Sound, No. 3.

དཔུང་གཏང། *dpung gtad*, helper.

ཁར་ཇི། *khar ji*, provisions. (Urdu.)

དམག་རྩས། *dmag rtsas*, armour.

ལྷག་རེས། *ljag res*, turn to go to fight.

གོང་མ་བྱུ་ཚ། *gongma buthsa*, the boy from the upper [place]; name of an agu.

ལྷ་བ་མིག་གི་རབ། *ltaba miggi rab*, name of the agu who is famous for his sharp eyes.

ས་བི་ཅོ། *sabitse*, mouse.

གཡལ་ཤེབ། *gyā seb*, hole between loose stones.

དྭ་ནག་ཁྲ་ཐོངས། *rta nag khra glorings*, the horse 'black and piebald, having long (lasting) lungs.'

ན་གཡུ་ན་ཅལ། *rna gyu rna rtsal* (in the Preface he was spelled 'athal); name of the agu who is famous for his sharp ears.

ག་ནི། *gani*, another spelling for *dgāni*; the agu may have received his name on account of his armour (*gani*).

ཞིབ་དཔོན། *zhib dpon*, officer at the Ladakhi court, who has to provide flour.

མེར། *me ra*, = *me sgra*, roaring of fire.

ཆར་ལ། *charla*, explained as meaning 'till the middle' of a house.

སྒྲིག་པ། *slogpa*, sheep-skin worn by women.

བྱ་ཁྱུ་ཡ། *bya khuyu*, = *khuyu*, the 'hornless bird,' name of the sun-bird; perhaps because he is never of the shape of a horn, in opposition to the moon.

ཐར་ངད་བཏང་ཅས། *thar ngad btangcas*, do the work of a smith.

པེན། *pen*, probably *dpen*, sign; Lad. Grammar, Laws of Sound,

No. 5.

རྒྱ་ལོང་། *rgya long*, a mirror brought from China.

རྩྭ། *nyag*, a single hair.

པུར་ཀ། *purcha*, peg.

མཎ་ཅ། *mal tsa*, = *mal sa*,<sup>†</sup> bed.

པོན་གྲོ། *pon gro*, bunch, bundle.

ལུ་མེན། *numen*, is also a name of a lapis lazuli.

གཏུབས། *γdubs*, = *γdub*, ring.

ཇལ། *ala*, plaster.

རྣམ་པག་པེ། *rnali bag phe*, pap.



མུ་ཟ། *muza*, Yarkandi boots; related to Urdu *moza*.

རྣམས་ཅས། *rnamscas*, accept.

## 9.

གང་སྒོར། *gyang skor*, wall round the castle.

ཡ་མ་དུ་མི་ལ། *yamadulā*, together.

གྲ་ཕོག། *gra phog*, the first blow in a polo-game.

བྲུད་ཅས། *bkrudcas*, to drag along.

ཐུགས་མོ། *pugsmo*, knee.

མེན་དྲིལ། *sentig*, a yellow bird; (here the name of the sun-bird?).

ཕུན་གསུམ་མཚོགས། *spun ysum mthsogs*, 'like the three brothers'

(sons of *dBangpo rgyab zhin*?). This is the Lower Ladakhi rendering of *phun sum thsogs*, perfect.



1/2

Archaeological Library

37244

Call No. 951.5

Author— A. H. Farnke

Title— Story of the  
Eighteen Hours

Borrower No.	Date of Issue	Date of Return
1042	8/14/2006	16/3/07

"A book that is shut is but a block"

CENTRAL ARCHAEOLOGICAL LIBRARY  
GOVT. OF INDIA  
Department of Archaeology  
NEW DELHI.

Please help us to keep the book  
clean and moving.